7 DÍAS para CAMBIAR tu VIDA

(a cualquier EDAD)

Como conseguir tus objetivos cualquier edad
(sin dinero ni contactos)

DAVID VALOIS

David Valois

info@davidvalois.com



Tu Regalo GRATIS

Por confiar en mí, te ofrezco gratis este Report:

"Las 3 Claves Para Llegar Lejos".

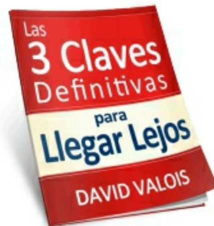
Son los 3 secretos que sigue la gente con éxito. (Y no es nada de lo que te dijeron).

Sé que intentas tener éxito y no es fácil. No sabes que cambiar para ganar más dinero, tener mejores relaciones y conseguir una salud increíble.

Pero con "Las 3 Claves Para Llegar Lejos" descubrirás el método rápido para tener éxito en tu carrera y vida personal.

No creerán en ti pero cuando descubras estas 3 claves...

Descárgalo Aquí.



INTRODUCCIÓN

Cuando la gente deja de crecer, envejece
ANÓNIMO

Puedes llegar a los cien años.

Puedes conseguir todos tus sueños personales y profesionales y llevar una vida increíble a los 70, 80 y 90 años. Si hubo gente que lo consiguió tú también puedes Así que olvida tu edad "oficial". Shakespeare no hizo poesía cuando dijo “Somos la materia de la que están hechos los sueños.”

Y puedes cambiar tu vida para conseguirlo todo en sólo 7 días. Con lo que descubrirás aquí te bastará.

La gente es infeliz y no tiene éxito porque adopta la mentalidad de "cada vez me hago más viejo" en vez de “cada vez me hago mejor". "Ya lo he visto todo" dicen, pero no, no lo han visto. Caen en la mentira oficial de que el tiempo envejece el cuerpo y disminuye el entusiasmo... y entonces eso es lo que les pasa. Pero tu edad la decides tú, no los demás.

Cuando decidas mandar en tu vida, envejecerás lentamente. Muy lentamente. Si aceptas tus años para bien, “Tengo más experiencia, soy más listo y cada día estoy más en forma”, te convertirás en quien quieras ser y eliminarás todas las limitaciones físicas y mentales. Entonces tu vida será larga y podrás cumplir todos tus sueños. En positivo te espera la mejor de las vidas. Y aquí te daré el método para conseguirlo. Un sistema probado con el que muchos consiguieron su vida ideal. Y en sólo 7 días.

Aunque hasta ahora no hayas conseguido nada, aunque creas que tu situación es insalvable, puedes conseguir todos tus objetivos ya. (Empieza por tener tus propias metas o trabajarás para las de otros). Aunque seas un principiante de la superación lo conseguirás con estos pasos. En este libro descubrirás cómo vencer cualquier miedo. Dominarás las 3 claves para vivir con salud muchos años más. Tendrás el método para tener seguridad financiera de por vida y pasar luego a millonario. Descubrirás las 2 claves para reorganizar tu vida hoy mismo y producirás el triple que antes con el mismo esfuerzo. Sabrás cómo ganarte a cualquier para conseguir tus objetivos y construirás una

marca personal que disparará tu reputación y tus ganancias.

También te daré los 2 pasos para cambiar tus pensamientos negativos por positivos, así te favorecerán todas las "casualidades" y aprovecharás cualquier cambio. Te beneficiarás del poder de tu mente superior (algo que muy pocos aprovechan). Y sobre todo: descubrirás tu verdadera misión, algo que te dará mucho más que el dinero y la fama.

A partir de hoy sacarás ventaja al resto aunque partas de cero y no tengas experiencia en superación. Puedes conseguirlo todo si sigues estos consejos.

El secreto de tu juventud

“Las personas envejecen y mueren porque ven a otros envejecer y morir”, decía Shankara, un sabio indio. Así que olvida la idea falsa que impone la sociedad de que cada año te haces peor. La edad cronológica de tu cuerpo es de cinco mil millones de años porque esa es la edad de los átomos que componen tus células. ¿Quien dijo viejo?

Tu vida será tan larga como TÚ quieras. Te quedan muchos años de vida. Bastantes décadas si te lo propones. Sólo necesitas el sistema para pensar en positivo y no envejecer. Y lo lograrás a la primera si haces como los expertos que lo consiguieron. ¿De qué te sirve trabajar duro durante años si llegas antes con unos buenos consejos?

Eres una máquina de precisión y puedes crearte cualquier futuro sólo con tus pensamientos. Tu cuerpo es un superordenador. Cada segundo tus células realizan billones de movimientos para mantenerte con vida y con una inteligencia fuera de serie. Y aquí te diré cómo potenciar y renovar ese cuerpo con tu mente para que luego él se encargue del resto. Te harás fuerte, avanzarás más rápido y descubrirás cómo alargar tus años mientras consigues todas tus metas. Así lo consiguieron miles de personas que gracias a sus ganas de vivir incluso se curaron tras diagnosticarles un cáncer u otra enfermedad terminal. Como dijo el humanista Norman Cousins “La creencia crea tu biología”. Y sabía de lo que hablaba porque vivió 36 años más tras diagnosticarle una muerte inmediata por trastorno cardiaco.

El envejecimiento es evitable. ¿Para qué programarte a una decadencia sin

sentido? Eres tan viejo como crees serlo. Y vivirás fácilmente 30 años más si piensas así. Renueva tu conciencia y renovarás tu cuerpo. Con nuevos conocimientos, nuevas habilidades y nuevas maneras de ver el mundo tu cuerpo no empeorará. ¡Se renovará cada momento! Para muestra la siguiente historia.

La historia de los malvados cuidadores

Unos "malvados" cuidadores de una residencia de ancianos se propusieron ponerles en forma con ejercicio y levantamiento de pesas. Los ancianos tenían entre 85 y 95 años. ¡Qué horror!, hubieran pensado muchos, ¡el ejercicio les agotaría y les mataría!

Pero fue al revés.

Unas semanas después los ancianos recuperaron un 20% de masa muscular, mejoraron sus reflejos y el equilibrio al andar. Muchos se quitaron el bastón y otros tantos se levantaron solos para ir al baño, incluso a media noche. Toda una recuperación de amor propio. ¡Y de fuerza! Renacieron con algo tan obvio como actuar como si no fueran "viejos". Su envejecimiento desapareció en cuanto actuaron como jóvenes. ¿Qué pasaría si se contara esa historia a los pacientes con dolencias en vez de ahondar en sus males y llenarles de pastillas?

Tu cuerpo y tu mente también mejorarán cuanto más los utilices. Y aquí te diré exactamente cómo hacerlo para ponerte a tope de forma.

Si eliminas estas 2 creencias falsas vivirás 100 años

Para empezar elimina estas dos falsas creencias:

1) Envejecer es doloroso física y mentalmente.
¡FALSO!
Son las enfermedades por no llevar una vida sana las que afligen.

2) El envejecimiento es normal porque las cosas se descomponen con el tiempo. ¡FALSO!
El cuerpo se renueva. Sin influencias negativas tus tejidos durarán fácilmente

hasta 130 años. La edad no hace que dejen de funcionar.

Y el secreto de mantenerte joven es el entusiasmo. Muchos predican sin pruebas que estamos destinados a la decadencia, el veneno preferido de los pesimistas, pero sólo están programados a la decadencia los que no tienen entusiasmo. Sin entusiasmo sí que dejarás de crecer y envejecerás. Sin entusiasmo el miedo a envejecer será una profecía que se auto cumple. Pero puedes darle la vuelta. Puedes pensar que cada vez te haces mejor y estás más en forma. Y entonces eso es lo que pasará. Porque sólo ocurrirá lo que tú pienses.

Por eso te diré cómo llenarte siempre de entusiasmo y de objetivos. Descubrirás cómo diseñar y conseguir metas y cómo eliminar negatividad para atraer las oportunidades "de tu vida" cada día. Verás que el envejecimiento es algo aprendido y eso cambiará todo.

Mientras persigas algo tu mente y tu cuerpo crecerán. Te esperan los mejores tiempos y una vida muy larga. Adiós al peligro de abandonarte y mandar envejecer a tu cuerpo. ¿Tendrás situaciones de tensión? Por supuesto, todos las tendremos. Pero la diferencia será tu enfoque.

Si empiezas hoy llegarás a los 100 años

Si la vida media a principios del Siglo XX era de 50 años, hoy es de 77. Y sigue subiendo. Dentro de poco la edad media será de 85 y luego de 100. Y aquí descubrirás cómo adelantarte a esta tendencia.

Te daré un plan para llegar a los 100 con éxito y no abandonar ese entrenamiento jamás. En tu poder la energía para hacer deporte, aumentar tu inteligencia y multiplicar tus relaciones sociales. No te hará falta talento extra, sólo claridad. Porque tienes todas las soluciones en tu interior. Tu mente te hará millonario y más inteligente. Te dará lo que tú le pidas, pero tienes que saber cómo pedirlo. Y aquí te daré el método exacto.

Envejecer es algo mental. Hay fenómenos de 80 años y hay viejos de 20. Pero tú serás el fenómeno que se comportará como si todo fuera nuevo. Te atreverás, persistirás y no dejarás escapar oportunidades. ¡Tengas la edad que tengas y estés en la situación que estés! Decidirás no envejecer y no

envejecerás.

Estás a tiempo. ¿Quieres ser un fuera de serie tú también? Pues aquí te daré las claves para conseguirlo en 7 días.

TABLA DE CONTENIDOS

DÍA 1
1
Lo primero: Tus errores te harán más fuerte... y avanzarás más rápido

Siempre ganarás si te arriesgas

Lo primero es perder el miedo a perder. Por eso los ganadores saben que cuando se lanzan siempre ganan. Los fracasos son experiencias y los triunfos quedarán para siempre. Así que ante un reto pregúntate siempre: "¿Qué es lo peor que puede pasarme?" Verás que no es para tanto y será una experiencia.

Y te lanzarás.

Y ganarás.

Ganarás porque los premios siempre llegan si lo intentas. Siempre. Pero tu mayor placer no serán los premios, será tu sensación de confianza, de que dominas todo. Y a todos. Tienes valor y puedes con cualquier reto.

Cómo atreverte con todo

El miedo a fallar es un miedo estúpido. A la gente le preocupa bastante poco que te equivoques. No están tan pendientes como crees. Pero sólo la valentía de intentar ese proyecto, de intentar tu propio negocio o de hablar ese nuevo idioma ya te dará admiradores... y dinero. Y tus aciertos eclipsarán cualquier error por el camino.

Así que piensa: ¿Qué acción tendría un mayor impacto en mi vida hoy?

Piensa en eso que tanto te impone y di: “Ahora mismo voy a…” Si das un pequeño paso será fácil. Cuando te lances será fácil seguir con ese negocio en tu tiempo libre, hablar con esas personas o continuar con ese viaje. Y no tendrás competencia porque nadie se atreverá. Si haces lo que te impone eliminarás a tus competidores de un plumazo porque el camino a la cima siempre está vacío. Mientras ellos lo piensan y repiensan, tú ya estarás arriba.

Otra ventaja de atreverte es que con esa actitud conseguirás seguidores que darán la vida por ti. Lanzarte sin miedo a fallar será la vía rápida a tus objetivos y a construirte un equipo. La gente necesita un líder.

¿Fracaso? ¿Qué fracaso? Si actúas tus aciertos aplastarán como un rodillo tus errores.

MISIÓN 1

¿Qué es lo que más te impone hoy? ¿Es una persona, un proyecto o tomar una decisión personal? ¿A qué puedes lanzarte hoy que te de respeto?
Piensa durante 5 minutos hasta dar con lo que MÁS te asusta y da un primer paso para vencer ese miedo. Un sólo pequeño paso. Vale visualizar tus movimientos o esbozar un mini plan en papel. Vale una llamada y vale recopilar un par de datos. La clave es dar un paso.
Un sólo paso y habrás hecho lo más difícil.

2
Lo segundo: Por qué la gente es infeliz y no tiene éxito

Mejor que el talento, la claridad

¿Sabes por qué la gente es infeliz y no consigue sus sueños? Porque no sabe lo que quiere. Tienen potencial pero se dispersan. Y sus pensamientos difusos les sabotean. Pero con objetivos claros el universo se pondrá de tu lado. ¡Claridad!

Con objetivos claros te favorecerán hasta los contratiempos. Cuando sabes lo que quieres intensificas tu deseo y todo lo que te pasa es bueno. Se desata una fuerza, llámalo energía universal o "casualidades de la vida", que te abre todas las puertas. Por ejemplo: te cancelan una reserva para una cena importante y en el otro restaurante encuentras a la persona que cambia tu vida. Pierdes un avión y en el siguiente vuelo conoces a alguien que te dar el consejo del millón de dólares. Pierdes un contrato importante y gracias a eso obtienes uno diez veces mejor. Todo a tu favor si tienes claridad.

Necesitas objetivos o trabajarás para los objetivos de otros

Serás tan bueno como tengas tus metas programadas. Así que diseña bien tu futuro. Si no sabes lo que quieres dependerás de las decisiones de otros, de un trabajo odioso o de un entorno social más odioso aún. Dependiendo de otros no controlas, te enfadas y lo ves todo negro. Llega el victimismo y abandonas. Pero cuando sabes lo que quieres controlas tú. Con metas propias tienes todo el poder. Con objetivos propios estas al mando y eres efectivo.

Si no quieres que los acontecimientos te arrastren como un vendaval o que los incompetentes decidan por ti, ten objetivos. Tu destino no lo puede controlar el jefe que "te toque", el trabajo que "te toque" o las relaciones que "te toquen". Así que diseña tus objetivos para que nadie te diga por dónde ir.

No puedes desgastarte culpando a los demás y envidiando a los que les va mejor. No puedes vivir pendiente de otros. Sólo serás feliz si te enfocas en lo que te gusta.

El olfato que te llevará a las personas y oportunidades increíbles

Si tienes objetivos propios todo serán casualidades a tu favor. Hasta un entorno odioso con gente odiosa te favorecerá. Te favorecerá porque desarrollarás un fino olfato para sortear dificultades. El mismo olfato que te llevará luego a personas increíbles que de otro modo no hubieras conocido. Los que te abrirán todas las puertas.

Parece que las cosas no están conectadas entre sí, pero lo están. La solución aparece cuanto dices: "Estas son mis metas". Entonces el universo se confabula contigo y tienes un radar para las buenas oportunidades. Algunas irán disfrazadas de mala suerte, pero tú sacarás petróleo de todo.

Si repasas mentalmente tus metas por la mañana, por la tarde y por la noche mandarás sondas al exterior que activarán una fuerza superior. De repente encontrarás a un viejo compañero de clase que te presentará alguien genial. Descubrirás en un libro perdido el consejo clave para el negocio de tu vida. Mejorarás tus finanzas porque de tu hobby surgirán ganancias inesperadas. Lo tenías delante, sólo era necesario tener las ideas claras.

No importa dónde estás sino tu dirección. Clarifica tus objetivos y el pasado se convertirá en una escuela de experiencia para ir más rápido. Haz como los ganadores que nunca se quejan de sus experiencias pasadas porque fueron una inversión. Gracias a ellas saben más y van muy rápido.

Empieza hoy. Tu edad no importa. Céntrate con todas tus fuerzas en tus metas y sintonizarás con el universo. Tu sala de máquinas mental se pondrá a 200% y en un par de semanas conseguirás tus primeros objetivos.

MISIÓN 2

¿Cuál es tu objetivo más importante, aquel por el que renunciarías a todos los demás?
Cuando lo tengas identifica que habilidad necesitas para conseguirlo y a partir de hoy vuélcate en ese talento. Si necesitas tener una buena memoria la tendrás. Si quieres relacionarte como el mejor lo lograrás y si quieres una disciplina de hierro también lo lograrás. Pero primero clarifica tu objetivo principal. Así conseguir cualquier talento adicional será pan comido.

3
Lo tercero: Cómo vencer cualquier miedo

¿Si pudieras tener cualquier cosa que deseas, qué sería? ¿Qué le pedirías a la lámpara de Aladino? Si conoces tu gran meta vas bien. Pero ahora cambia esto: no pienses más en las pegas del camino, al revés, visualízalo como si ya lo tuvieras. Sueña despierto y así matarás tus miedos. Irás muy rápido si eres positivo. A continuación te diré cómo hacerlo.

La trampa del pasado

Sólo hay una verdad en tus miedos, que los creaste tu mismo. Los aprendiste de pequeño. Cuando naciste te atrevías con todo. No te rendías porque no podías andar, no te daba miedo intentarlo y caerte. Seguiste hasta conseguirlo. Pero luego empezaste a oír limitaciones: “No hagas eso”, “ten cuidado” y “esto no se puede”. A esos mayores también les dijeron lo mismo de pequeños y creyeron que repetírtelo sería lo correcto. Entonces te programaron con el miedo. Pero se extralimitaron. Al final tantos “no toques eso”, “no vayas sólo de viaje”, o “ten cuidado” te acostumbraron a la palabra “no”.

Y ahora el 90% de las personas va con el freno puesto. Surge una oportunidad y lo primero es “no puedo”. Aceptan lo que oyeron como la única verdad y tienen un concepto bajo de sí mismos. “No soy tan listo para estudiar eso.” “No soy lo suficientemente bueno para trabajar por mi cuenta y ganar mucho dinero.” “No tengo la educación necesaria para ser el mejor.” “No valgo para ese deporte.” Ven algo nuevo y su primera reacción es decir que es imposible. Viven en un cómodo “no puedo”. Algunos crecieron tan sobreprotegidos que hoy carecen de la mínima iniciativa.

¿Y cuál es la realidad? Que esos miedos son irreales. Todos. Tus miedos los

has creado tu mismo. La única verdad es que si crees que puedes, puedes. Olvida lo que te dijeron. Has nacido sin miedo, así que vuelve a pensar como cuando eras pequeño. Los miedos aprendidos los puedes “desaprender”. De acuerdo que un miedo moderado es necesario para no meterse en situaciones de peligro. Un pequeño miedo al rechazo también es bueno para la buena educación y la convivencia. ¿Pero el resto de miedos? Prescindibles. Sólo te provocarán aislamiento y parálisis.

Ojo a este miedo escondido: el miedo al rechazo

Uno de los miedos más peligrosos (por ser invisible), es el miedo al rechazo y al qué dirán. De pequeños necesitábamos la ayuda de los mayores para comer y andar, sin ellos no éramos nada. Pero tras una protección excesiva muchos creen que siguen dependiendo al 100% de los demás y son demasiado sensibles a lo que piensen. Para protegerse han desarrollado una timidez exagerada junto con un miedo al qué dirán. Atenazados para intentar algo nuevo, ni se plantean un cambio de vida o de trabajo. Aunque tengan talento nunca harán nada por sí mismos. Nunca intentarán nada y nunca conseguirán nada. Son presa fácil de los líderes del rebaño en busca de seguidores débiles. Les controlarán sin problemas desaprobándoles sutilmente cualquier cambio.

Cómo eliminar cualquier miedo

Se que no estás dispuesto a que el miedo te atenace. Y estás de enhorabuena. Porque verás que puedes vencer cualquier miedo. Primero piensa que el miedo es normal. No te sientas mal por tenerlo. El que diga que no tiene miedo miente, todos tienen miedo. Pero la diferencia es que tú actuarás a pesar de él. Podrías no hacerlo, pero tú sí te atreverás. Motívate diciendo que eres distinto y ganarás. Tú no te sabotearás, mirarás al miedo a la cara y darás un paso. Esa será la clave en los momentos decisivos de tu vida.

¿Quieres tener tu propia organización? ¿Quieres ser financieramente independiente? ¿Quieres ser inmensamente rico? ¿Quieres vivir tu vida viajando por el mundo? Sea cual sea tu meta habrá momentos en que tendrás que dar un paso adelante a pesar del miedo. Así que desea ferozmente tus

objetivos. Así darás siempre un paso adelante a pesar del miedo. Habla cuando más te cueste, actúa cuando más te cueste y párate a pensar cuando más te cueste. Y entonces llegarán resultados espectaculares.

Piensa que el momento del miedo no llega a tres segundos desde que aparece hasta que actúas. Tres segundos y adiós miedo. Todos los valientes pasaron por lo mismo. Empezaron desde la peor situación y lo consiguieron todo atravesando esa barrera de tres segundos. Sólo tres segundos donde decidieron seguir pasara lo que pasara.

La mayoría no se enfrenta a esos tres segundos, pero si lo intentas verás que es fácil. Un pellizco y habrás ganado. Después surgirán fuerzas de la nada por haberte atrevido. Sólo fue cerrar los ojos y dar el salto. Después de tu iniciativa todo se disparó, conociste a quien necesitabas, apareció la mejor oportunidad de inversión y te relacionaste con la persona que siempre quisiste. Cuando tú arrancaste, la providencia arrancó contigo.

El fenómeno de lanzarte y que aparezcan las oportunidades está muy documentado a lo largo de la historia. Mira la vida de científicos, conquistadores, artistas, escritores o economistas que lograron algo grande y verás que triunfaron cuando se lanzaron sin vuelta atrás. Un mundo de oportunidades, contactos y casualidades les benefició cuando decidieron actuar a pesar del miedo. Si quieres el método exacto para acabar con cualquier mido lo tienes en mi libro "Cómo Vencer Todos Tus Miedos". Aquí va un fragmento:

Cuidado, no siempre tienes miedo a lo que crees

Tras aceptar el miedo, pregúntate de qué tienes miedo realmente. Porque nada es lo que parece. Un miedo a intentar algo puede encubrir el vértigo que da la responsabilidad de tener más ingresos, más decisiones y más poder sobre otros. Si escarbas verás que el miedo al éxito va disfrazado de miedo al fracaso. A lo mejor estás aplazando una decisión por miedo a tener más en vez de a perder.

Es normal porque si juegas en primera tendrás rivales de primera. Si tu negocio crece tendrás mil ojos puestos en ti, si eres un buen actor mirarán con lupa tus actuaciones y si escribes buenos libros te enfrentarás a los críticos. Por eso el miedo no siempre es lo que parece. Demasiadas veces es un miedo al éxito y a la responsabilidad. ¿Qué harás con la presión? ¿Qué

pasará si no estás a la altura? ¿No sería más cómodo ganar una tercera parte y olvidar la satisfacción personal?

Para empezar te diré que tranquilo, sólo puedes ganar si lo intentas. Cuando llegues arriba tendrás vértigo, pero se irá enseguida. Es mucho más satisfactorio aceptar nuevos retos que estancarte. No hay comparación. Y una vez arriba si haces las cosas medianamente bien podrás mantenerte. Pero esto es algo que no saben muchos.

El truco para saber a qué temes realmente

Una manera de conocer el verdadero miedo es imaginar el peor escenario posible y decir: "Puedo con ello". Entonces sabrás lo que realmente temes y nada te frenará. Cuando conoces tu verdadero miedo diseñarás las mejores estrategias de ataque y actuarás con total seguridad en ti mismo.

Imagina siempre el peor escenario. Imagina que tomas esa decisión y tu negocio fracasa. Puedes con ello. Imagina que subes a una nueva posición y te ridiculizan. Puedes con ello. Imagina que propones tu plan y no están de acuerdo. Puedes con ello. Imagina que dejas tu casa y tu ciudad para viajar por el mundo buscando tu estilo de vida ideal y resulta ser un fracaso. Puedes con ello. Si eliges una estrategia arriesgada para las próximas semanas, porque crees que dará resultados pero fracasas, ¡puedes con ello! Siempre puedes con ello. Sabiendo eso lo intentarás sin miedo. Y la experiencia que ganarás será impagable pase lo que pase. Imaginar el peor escenario desnuda el miedo y te da valor. Si fracasas podrás con ello, pero si ganas…

Con este truco no dudarás en invertir unas semanas de tu vida en un proyecto que te hará crecer y ganar dinero, arriesgando incluso tu actual trabajo. Si al final el proyecto fracasa podrás con ello. Además con lo que habrás aprendido estarás en mejor posición. No intentarlo hubiera sido lo peor. El beneficio de la experiencia y un aprendizaje de calle supera a cualquier carrera universitaria. Serás más fuerte y más listo sólo por intentarlo.

Adiós a ir con el freno de mano puesto

¿Por qué ir con el freno puesto viendo sólo los obstáculos? Visualiza sólo lo bueno que vas a conseguir y el universo conspirará contigo para que lo consigas. Te dará toda la energía, el don de gentes y la capacidad de liderazgo para conseguir tus objetivos. Si sólo ves la parte buena atraerás las personas y los recursos necesarios.

Levanta el pie del freno y elimina tus obstáculos. Sólo están en tu mente. Cualquier situación que te imponga, alguien con mayores limitaciones ya la superó. Cuando tus excusas favoritas aparezcan, piensa: "Si alguien lo consiguió yo también puedo. ¿Por qué yo no?" Y así te crearás el futuro que buscas.

Tus únicos límites los creas tu mismo. Así que dales la vuelta y piensa que puedes conseguirlo todo. Si ambicionas algo fuertemente será tuyo. El único límite es la intensidad con que lo desees. Así que visualiza tu objetivo, escríbelo y haz un plan. Así se fijará mejor en tu cerebro. Con tu deseo en mente y un plan lo conseguirás.

Lo malo es bueno

Perder un trabajo puede ser bueno, perder un matrimonio puede ser bueno y perder todo tu dinero puede ser bueno.

Como lo oyes, lo que parece malo trae unos beneficios enormes. Si persigues fuertemente algo, la oportunidad saldrá por donde menos te lo esperes. Aunque sea a través de un problema. Un día surge un revés y al salir de tu zona de comodidad shockeado ves mil posibilidades mucho mayores. Cambias de hábitos, conoces gente nueva y actúas diferente. Entonces empiezan las “casualidades” y recuperas lo perdido ganando muchísimo más. Ahora disfrutas la vida de verdad. Gracias problema. Gracias por liberarme del lastre que era mi anterior situación.

Lo malo es bueno, muy bueno.

MISIÓN 3

Escribe tu miedo principal y decide dar un primer paso, uno sólo, para vencerlo. Verás qué todo es fácil cuando das un primer paso. Vale con escribir dos líneas sobre ese macropoyecto que te impone. Vale con entrar y salir rápidamente del ascensor si tienes fobia a los sitios cerrados. Vale con hacer un comentario sobre un tema del que te cueste hablar. Vale con acercarte a un sitio que temas para ver que no pasa nada.
¿Qué es lo peor que te puede pasar por intentarlo? Nada. Cuando des un sólo paso verás que todo es posible.

DÍA 2
4
Las 3 claves para que vivas muchos años más

Clave 1:

Cambia tu punto de vista

Tener una mente abierta te ayudará a no envejecer. Así que abandona la necesidad sin sentido de defender tu punto de vista. Pocas habilidades hay mejores que abrir tu mente y tomar el punto de vista de otro. Cambia tu mente y piensa que lo "malo" puede ser muy bueno, que cada año que cumples te haces mejor y que cada experiencia te hace más fuerte. Eso frenará en seco tu envejecimiento.

Si cambias la creencia rígida y falsa sobre la pérdida de memoria y movilidad con la edad, ni perderás memoria ni te harás más lento. Si dejas de preocuparte por cualquier fallo o dolor, dejarás de tener fallos y dolores. Los dolores y los errores han estado siempre, también de pequeño. ¿Cuántas veces te dolía algo con 18 años? ¿Cuántas veces se te olvidó aquella contraseña o aquel nombre? No te compliques pensando en que con cada síntoma te haces viejo, porque eso dolores y fallos los tuviste siempre. Tú y todos.

Demasiadas personas sufren magnificando la edad como si fuera la causa de todo. Cualquier error, cualquier faena o contratiempo es por la edad. Se encierran en un círculo vicioso imponiéndose que la vejez es malísima. Pero todo está en su cabeza. Si cambian su manera de pensar, vivirán muchos años más. Y de gran calidad.

Clave 2:

Nunca pospongas el ejercicio

La clave para tener un cuerpo joven es moverse, tener ganas de vivir y conseguir objetivos. La inactividad mata. Muchos se dedican sólo a reposar para "cuidarse". Pero esa inactividad les lleva a la depresión.

Está demostrado que la inactividad forzada consume tu cuerpo y tu mente. Tras el ejercicio tu cabeza "flota" porque el organismo segrega catecolaminas para mantenerte jovial. Pero cuando no hay movimiento no se segrega catecolaminas y su falta produce depresión.

Por eso la manera de evitar tristeza no son los fármacos (con mortales efectos secundarios), sino el ejercicio. No necesitas ninguna prescripción médica. Te basta con ir a nadar para curar todos tus males. Lo mejor para salir de la depresión es correr, ir en bicicleta o bailar. La secreción de catecolaminas hace maravillas. Y ese ejercicio no sólo te mantiene alegre sino que rejuvenece, los tejidos de tu cuerpo durarán mucho más así. Si quieres tener la autodisciplina de hacer deporte y conseguir todos los buenos hábitos que necesites lo encontrarás Aquí.

Clave 3:

¡39 + x! Un sencillo truco para creerse (y volverse) joven

Como el envejecimiento es un proceso lento, la mayoría no se ocupa de él hasta llegados los cuarenta. Entonces un día llega el drama. ¡Se me escapa la juventud! Totalmente falso.

Prueba a comportarte como si tuvieras treinta años y automáticamente tendrás la fuerza y el atractivo de esa edad. Ensaya durante unos días y lo conseguirás. Utiliza este truco:

¿Qué edad tengo? ¡39 + x!

Estamos demasiado presos de un número, por eso un truco sencillo para verse (y volverse) joven es una vez cumplidos los 39 años, seguir sumando los años al número 39. Por ejemplo si tienes 48, tendrías 39 + 9. ¡Te fijas más en el 39 que en el segundo número! Y automáticamente piensas que eres un joven de

treinta y pico años contagiando esa energía a tu cuerpo y mente. (Y si tienes 72, tendrías 39 + 33. ¡Dos veces joven!)

Los que se pasan los días angustiados con su edad nunca prueban este método. Tienen mil excusas, que no funciona… que no lo necesitan… En cambio los abiertos de mente lo practican y les encanta. Confiesan que les ha cambiado la vida, que piensan diferente. Se han hecho adictos al "39 + x" y se sienten jóvenes. Y al sentirse jóvenes alargan su vida muchos años.

MISIÓN 4

Tu edad no tiene límites. Puedes darle la vuelta en un segundo. Un recuerdo de la niñez o rememorar un antigua historia y volverás a sentir como cuando tenías 20 años. Así conseguirás la misma energía y entusiasmo.
Revierte a partir de hoy tu edad biológica y llénate de planes e ilusión. Piensa durante esta semana como si fueras un chaval utilizando la técnica "39+x". A todas horas. Al hablar, al moverte y al pensar. Piensa igualmente en que tus "desgracias" son buenas, muy buenas. Y añádele veinte minutos diarios de ejercicio moderado. El cóctel perfecto para llegar a los 100.

5
¿Quieres un sistema para tener seguridad financiera de por vida?

La triste realidad de la mayoría

El 80% de la gente vive a dos meses de la quiebra. Gastan todo lo que ganan y un poco más. No sólo no tienen ahorros sino que viven endeudados. Y dependen peligrosamente de un sueldo. El gran mal de occidente.

Y como la mayoría está a dos meses de la ruina, en dos meses sin salario no podrá pagar sus facturas ni su hipoteca. Entonces lo perderá todo: casa, coche y demás posesiones. El dinero es el mayor factor de estrés, ansiedad y suicidio. Un pequeño patinazo y adiós. ¡Viven en un horrible estrés! Piensan sólo en el trabajo y buscan trucos legales e ilegales para mantenerse en su puesto muertos de miedo. Porque necesitan desesperadamente el dinero. Pasarán los años y seguirá necesitando desesperadamente el dinero. La gente sin ahorros sólo piensa en el dinero. El dinero ocupa la primera, segunda y tercera posición en su vida. Se levantan pensando en el dinero, desayunan pensando en el dinero y se acuestan pensando en el dinero. Siempre la misma obsesión. Menuda vida.

¿Quieres entrar tú también en las estadísticas y que el dinero sea la causa de tus desacuerdos, separaciones de pareja y delitos? ¿O prefieres un sistema para tener seguridad financiera de por vida? ¿O mejor aún: un sistema para vivir de las rentas?

No puedes perder el resto de tu vida pensado en cómo llegar a fin de mes. Tienes que eliminar tu preocupación por el dinero para dedicarte a lo que te gusta, a tus grandes proyectos: a filosofar, al arte, a escribir o ayudar a los demás.

Y puedes conseguir la paz financiera si empiezas hoy con un capital que

genere ganancias pasivas y solucione tu futuro. Puedes empezar hoy ahorrando para reunir la cantidad que te permita vivir de los intereses. Cuanto antes mejor. Porque acumular riqueza es un hábito, el hábito de atraer más dinero.

Lo más importante que tienes que saber sobre el dinero

Tienes que convencerte de esto: Acumular riqueza no se trata de ganar más dinero, sino de gestionarlo mejor.

¿Cómo que no? ¿No es mejor ganar más dinero? No. Lo primero es gestionarlo. Puedes construirte una fortuna con un mísero sueldo si empiezas a pensar todos los días en tu dinero y en cómo moverlo. Así creas un mecanismo de atracción para acumularlo sin parar.

Así que empieza cuestionando gastos, sigue la pista al dinero, cierra despilfarros inútiles y empieza a ahorrar un dólar extra tomándote un café menos. Gestiona lo que tengas por poco que sea y verás cómo enseguida crece tu cuenta bancaria. Tu mentalidad cambia y empiezan las posibilidades. Un dólar rescatado aquí y un gasto inútil cortado por allá y verás los primeros resultados. Ese es el primer paso. El segundo será hacer crecer ese dinero. Entonces eliminarás más derroches y saldrán nuevas oportunidades. El dinero es un imán. En cuanto vigiles cada céntimo que gastes empezarás a atraer devoluciones, ingresos paralelos e inesperadas ganancias. Tu cuenta bancaria aumentará sus ingresos con bonus, devoluciones e ingresos secundarios Y cada vez será más rápido, cuanto más grande sea tu imán más atraerás. Dinero atrae dinero, por eso los ricos se hacen más ricos y los pobres más pobres.

Tu sistema de atracción de dinero en 3 pasos

Sigue estos pasos y tendrás un seguro de vida para dedicarte a lo que te gusta.

<u>Paso 1: Lo primero no es ganar, sino no perder</u>
Cuando empieces a gestionar tu dinero los primeros meses juega a no perder. Evita las trampas invisibles en forma de compras por impulso, comisiones y “buenos consejos” de la gente. Habitúate a reclamar comisiones, cambio mal devuelto y facturas engordadas. Nadie quiere pasar por esto, pero sólo

empezarás a ganar cuando te curtas en el oficio de no perder Los mejores chefs empezaron pelando patatas.
No te ciegues con lo que ves, en cualquier acto social la gente cuenta lo que ha ganado con sus acciones, pero nunca dicen lo que han perdido (que suele ser mucho). Porque el 80% pierde siempre en sus inversiones. Les ciega la avaricia de rentabilidades imposibles y no cumplen la norma número uno: no perder. Reniegan de la travesía en el desierto de aprender a no perder.

Paso 2: Aparta una cantidad de dinero mensual pase lo que pase
Aparta mensualmente un 10% de tus ingresos en una cuenta especial que nunca toques, una cuenta sólo para que el dinero crezca. Necesitas una cuenta extra para ese dinero, será tu cuenta intocable. Aparta un 10% y vive con el resto. Puedes. Puedes renegociar tu deuda con el banco, puedes gastar menos en ropa, puedes ahorrar en comida. Puedes apartar dinero y puedes hacer milagros para sobrevivir. Yo rebajé gastos por necesidad que nunca creí posibles. ¡Y el mundo no se acabó!

Si no llegas al 10 % empieza por un 5%, y sino por un 1%. Lo importante es empezar con el hábito. En el futuro verás cómo puedes ir subiendo esa cantidad. Ese dinero atraerá más dinero y así estarás preparado para la gran oportunidad. Pero primero es el hábito de ahorrar para que tu dinero crezca. Nunca cedas a la tentación de pagar deudas con el dinero acumulado, renegócialas. Necesitas el efecto psicológico de ver cómo se acumula tu dinero.

Paso 3. Aparta cada día media hora diaria para planificación financiera
Construye tu propia fortuna o nadie lo hará por ti. Por eso tienes que invertir cada día 30 minutos en revisar tus gastos e ingresos, en investigar inversiones y en planificar tus próximos meses. Entonces desarrollarás un sexto sentido para que tu dinero crezca sin parar. Verás maneras de ganar más. Maximizarás el flujo de dinero entrante y saliente y afinarás más en tus gastos. Entonces, como de casualidad, llegará una deducción inesperada, una subida de ingresos o un gasto rebajado. Consigues aquello en lo que te concentras.

Los 2 consejos para ganar siempre con tus inversiones

La mayoría se deja llevar por la avaricia y cae en todo tipo de trampas donde pierden su inversión. Por eso tienes que seguir estos dos pasos, así tus inversiones crecerán sin parar.

<u>1. No inviertas nunca en algo que no entiendas</u>
Cuidado con los cantos de sirena porque no es oro todo lo que reluce. No inviertas si no entiendes la inversión.
Desconfía de las rentabilidades exageradamente altas, no existen. ¡Sino los que lo anuncian invertirían su propio dinero y no te lo dirían! Buscar el pelotazo es una muerte segura. La gente quiere hacerse rica porque ve en las películas y los periódicos algo irreal. Entonces se lanzan a la publicidad engañosa de los intermediarios financieros, no leen la letra pequeña y se arruinan.
Por eso infórmate primero. Busca en Internet los tipos de interés y las ventajas de diferentes inversiones. Investiga fondos, depósitos y seguros. Tu trabajo de minería dará frutos en el futuro. Si estás dispuesto a hacer el trabajo duro de informarte conseguirás una cultura financiera que te dará un olfato increíble. Verás que un seguro puede ser tu mejor inversión para cubrir tu casa, tu coche y otros bienes. Sabrás cuando invertir o desinvertir en un fondo y no te temblará el pulso a la hora de tomar decisiones. Todo el tiempo que investigues sobre inversiones te pagará con creces.
Puedes hacerte rico, muy rico, si tienes disciplina y mejoras tus conocimientos.

<u>2. Empieza desde cero y con poco dinero</u>
Empieza siempre invirtiendo con poco. Haz los experimentos con inversiones reducidas y descubre las trampas para novatos (el 95% de las personas) sin perder nada. Y te <u>aseguro</u> que al principio te pondrán muchas trampas en forma de comisiones, rentabilidades no cumplidas e iliquidez. Así cumplirás la regla más importante: Nunca perder dinero.
¿De qué te sirven años de trabajo para ahorrar tus primeros diez mil dólares si los pierdes en una mala inversión?

MISIÓN 5

Aparta un dinero a una cuenta que no vayas a tocar jamás para que atraiga dinero. Empieza con un dólar y aporta pequeñas cantidades con disciplina. Los que viven su estilo de vida ideal empezaron con un dólar simbólico en una caja. Luego fue otro, luego otros dos, luego diez... y en unos meses ingresaban múltiplos de mil. Dinero atrae dinero.
¿Crees que no puedes? Si que puedes. Recuerda que acumular dinero es un HÁBITO. Así que revisa todos tus gastos y replantéate uno por uno si es necesario. Empieza ahorrando en pequeños detalles, desde el café diario hasta cocinarte tu propia comida. Una pista: puedes recortar muchísimo en viajes y ocio. Después pasa a ahorrar el 10% de tus ingresos. Y luego sube esa cifra.

6
Cómo encontrar oro en la tromba de información diaria

¿Sabías que ahora mismo tienes todas las soluciones en tu interior?

Puedes conseguirlo todo.

Tu mente puede darte todas las relaciones, proyectos y metas que necesites. Conseguirá lo material y lo inmaterial. Encontrará oro si eso es lo que le ordenas. El mundo es un espejo y lo que deseas en tu interior lo consigues en tu exterior. Nada es como te dicen, sino como tú quieres que sea.

Llevas todas las soluciones dentro. Los que ganan mucho dinero lo ganan primero por dentro. Los que tienen una buena forma física la visualizan primero por dentro. Y los que tienen una personalidad magnética que consigue todo, la consiguen primero por dentro. Y ganan su interior todo lo que les ocurre les favorece. De la misma llegan las oportunidades de ganar mucho dinero y codearse con los mejores.

En cambio los que no tienen energía es porque no la tienen por dentro. Los que tienen un peso que odian no se gustan por dentro y los desagradables también lo son por dentro. Así que modifica tu interior para conseguir el exterior que desees. Vivirás la vida que quieras si amueblas tu cabeza con energía, salud y alegría. Lo primero es tu mente. No puedes conseguir algo sin internalizarlo primero. La suerte no existe. Tu vida es lo que tú piensas.

Esto es una buena noticia porque si rompes con los pensamientos negativos del pasado crearás la vida que buscas. Sólo existe hoy y el futuro. Nada te ata al pasado. Sólo cuenta lo que hagas a partir de hoy. ¿El pasado? Ni lo puedes cambiar ni lo necesitas. El pasado es sólo para aprender. ¡Son tus pensamientos los que te darán lo que buscas!

Cómo tu mente trabajará para ti las 24 horas... incluso cuando descanses

Todo lo que pienses lo puedes conseguir gracias a un poderoso arma: tu subconsciente. Si el objetivo de tu mente consciente es por ejemplo ganar disciplina y terminar un gran proyecto, tu subconsciente te dará la solución. Será el encargado de darte fuerza interior y de seguir pensando y buscando oportunidades cuando tú desconectes. Tu subconsciente trabajará para ti incluso cuando duermas. El sigue analizando datos y ensamblando opciones. Es cuando te levantas con las ideas claras y con una gran idea in mente. Es cuando oyes un comentario o lees un artículo es casualidad que acelera tu proyecto. Pero para eso tienes que averiguar tus metas, escribirlas y visualizarlas, sólo entonces tu subconsciente tomará decisiones automáticas y será un radar de oportunidades.

Imagina que buscas intensamente trabajo. Tu nuevo objetivo pasará al subconsciente y automáticamente empezarás a ver posibilidades por todas partes. Oirás conversaciones sobre empresas que buscan personal. Un viejo amigo que nunca veías conocerá a alguien que te ofrecerá un nuevo puesto. Un folleto que leerás de casualidad tendrá una oferta de trabajo genial. Te presentarán a la persona que, ¡oh casualidad!, tiene la vacante perfecta. Es el radar del subconsciente a plena potencia.

Por eso programar tu interior con objetivos es imprescindible. Si hoy quieres ganar más dinero y hacer contactos, programa tu mente con estas ideas y tu subconsciente encontrará las inversiones y personas. Aparecerá una idea en un libro que hojearás de casualidad, una calle por la que pasabas te inspirará una idea o un compañero que no veías hace tiempo te presentará a alguien. Dominarás el mundo si programas tu subconsciente.

Dónde está el oro y los diamantes

Otro beneficio de tener objetivos será filtrar la información basura. Una tromba de noticias te bombardea con sucesos, opiniones e imágenes. Más información aún en Internet, periódicos y radio. Y luego la publicidad por todas partes… ¿Qué haces con tantos datos?

Puedes dejar que te afecte e ir por donde sutilmente los medios quieren que vayas. Puedes hacer caso a ese anuncio y engullir una bomba de toxinas. Y también puedes imitar los casos de "hazte rico rápidamente y sin esfuerzo" y creer que te mereces lo mejor sin nada a cambio.

Pero también puedes elegir tus propios objetivos y encontrar oro seleccionando sólo la información de calidad en vez de la información de tercera fila. Pero primero necesitas metas propias. ¡Oro y diamantes a tu disposición si sabes lo que quieres! Sólo así tu subconsciente filtrará lo bueno. Con la salud del cuerpo no se juega y con la del cerebro tampoco.

Sólo necesitas un segundo para tener confianza en ti mismo

No te engañes, nadie diseñará tu futuro por ti. Estás sólo. Y como único responsable tienes que tomar el mando. Pero eso es bueno porque tu futuro está en tus manos. Tienes todo el poder.

Por eso tienes que hacerte mejor por dentro antes de conseguir el mundo que buscas. Tu vida se volverá tan buena como tú elijas, pero primero tienes que cambiar tu interior. Si quieres ser hábil, siéntete primero hábil por dentro. ¡Y lo puedes conseguir en un segundo! Muchos creen que necesitan toda una vida para tener autoconfianza y abandonan antes de empezar. Pero pueden conseguir autoconfianza HOY mismo. Pueden transformarse en un segundo si se enfocan en su interior. Pueden decir: “¡Tengo confianza en mí mismo!” y contagiarse para potenciar otras habilidades. En un instante pueden levantar la cabeza y llenarse de dinamismo.

Si quieres llegar lejos, empieza por dentro. Es lo más rápido. Si quieres ser un experto en tu campo siéntete ya como un experto. Así te lanzarás sin miedo a todos los conocimientos. Si quieres ser más sociable siéntete como si fueras más sociable y automáticamente empezará a hacer amigos. Empezar por dentro nunca falla. Cuando domines tu interior manejarás el exterior a tu antojo.

MISIÓN 6

Eres lo que piensas y puedes programar tu mente para tener el mundo que buscas. Prueba a repetir varias veces una frase que te inspire y verás lo que ocurre. Ten tu propio eslogan. Por ejemplo: “Voy a concentrarme todos los días 2 horas en lo más importante.” O “Doblaré mi sueldo en 18 meses.” Repite tu frase inspiradora 3 veces al día y notarás cambios en una semana.

DÍA 3
7
Piensa más y muévete menos (la clave para ser millonario)

"Para que unos tengan mucho, otros tienen que tener poco." Falso. Esta idea tan extendida es falsa. Todos pueden tener mucho. En este mundo hay abundancia ilimitada. Puedes ganar todo lo que quieras y mientras hacer mejores a los demás. Todo dependerá de tu habilidad para generar nuevas ideas. Si usas tu imaginación tus posibilidades son ilimitadas. El conocimiento está abierto… ¡pero tienes que ir a por él!

¿Por qué algunos pasaron de la miseria a lo más alto? Porque utilizaron su mente. Vieron que pensando y generando ideas podían conseguirlo todo. No fue suerte, fue sólo pensar. Las ideas les llevaron de la pobreza a la abundancia. Sabían que su mente era la clave y pusieron el mundo a sus pies.

Por eso tienes que dedicar parte de tu tiempo a pensar. A pensar en soledad, sin hacer otra cosa al mismo tiempo. Si no robas tiempo para pensar estás perdiéndote el mejor futuro. Pero si te retiras a planificar y generas ideas, tendrás oportunidades ilimitadas con el mínimo esfuerzo.

Por qué tu mente te hará millonario

Abusa sin piedad de tu mente porque te dará lo que quieras. Un buen entrenamiento es pensar en cómo ser financieramente independiente, en cómo generar ingresos pasivos para dedicarte a lo que de verdad te gusta. Pensar en cómo no depender de un sueldo para hacer algo grande. Buscar libertad financiera y un negocio propio donde seas el experto en tu tema preferido mejor pagado.

Si apartas tiempo en soledad para pensar tus oportunidades serán ilimitadas. Ninguna crisis te sorprenderá. Sacarás beneficio de cualquier cambio. Cualquier información e innovación tecnológica te favorecerá. Verás posibilidades donde otros no ven nada. ¡Todos los días! La clave es pensar más y moverte menos. Vale más estar tumbado y concentrado que dar mil vueltas disparando al aire.

Empieza hoy con media hora repasando tu situación. Veras oportunidades que no habías previsto, eliminarás errores que ibas a cometer y ganarás un par de horas de tiempo extra. Nada mal por media hora pensando. Verás el poder que da pensar y diseñar tu futuro y entonces aumentarás ese tiempo a una hora. Surgirán nuevas ideas que no sólo servirán para tapar agujeros sino para crecer a lo grande. Y con la inercia generarás aún más impresionantes ideas sobre cómo ganar dinero, saber más e ir más rápido. Oportunidades que antes no veías ni de lejos. Pasarás de la defensa al ataque, de correr todo el día apagando fuegos a hacer correr al resto para ti.

La gente no se hace rica porque no se para a pensar

La gente no acaba rica porque no utiliza su mente. No piensa. No piensa hasta que es demasiado tarde. Por eso acaba dependiendo de una mísera pensión para sobrevivir. En su día no pensaron en su futuro. Tener dinero era una de esas "tantas cosas" que tenían pendiente.

Pero tú no cometerás ese fallo. Por eso empieza hoy a buscar y rebuscar ideas sobre cómo ganar y gestionar tu dinero. Verás como automáticamente llueven consejos y oportunidades de ganar. Ojo que muchos creen que ya piensan en el dinero, pero confunden pensar en soledad con preocuparse. Por eso tienes que desconcertar, sentarte en calma y pensar durante media hora al menos. Entonces surgirán los grandes planes. Y no hablo de conseguir algo grande de aquí a treinta años, sino en tres.

Por qué no tener recursos es una gran ventaja

Muchos tuvieron la "buena suerte" de no tener un céntimo. Tuvieron que esforzarse en pensar cómo salir de su situación. Su mala situación les obligó a pensar. Su mala situación fue el mejor de los regalos.

El hambre crea genios. La gente sin recursos se ve obligada a utilizar a tope su mente. ¿Y qué pasa cuando utilizan a tope su mente? Que se acostumbran a utilizarla a todas horas. Siempre una buena idea, un atajo o un argumento ingenioso para salir adelante. Luego refinan el proceso y cada vez surgen mejores planes. Consiguen la paz financiera pero no se paran ahí, la inercia es demasiado grande. Siguen fabricaron más oportunidades para seguir con su "buena suerte". Y ya no es por el dinero, siguen pensando por puro placer: nuevas estrategias, nuevos planes y nuevas oportunidades. Por la impagable satisfacción de planificar y adelantarse. Se dedican a la política, a escribir, a crear organizaciones y a tener nuevos contactos. Y disfrutan como nadie. Saben que pueden crear oro de la nada. Y tú también podrás cuando apartes un tiempo diario en soledad para planificar. (Encontrarás el sistema para ser el mejor estratega en "21 Reglas para convertirte en el mejor Estratega y Planificador"). Ahorrarás días y meses de trabajo como mínimo. Tu vida despegará como un cohete si usas tu mente.

MISIÓN 7

Utiliza tu mente a tope practicando la generación de ideas con tus 3 mayores retos. Sigue estos 3 pasos:

1. Busca tus 3 objetivos u obstáculos más acuciantes y escríbelos.
2. Debajo de cada uno anota 10 posibles soluciones.
3. No abandones hasta tener 10 ideas por cada objetivo.

Sólo esto entrenará tu mente y te dará unas ideas increíbles. Repetirás varias veces el clásico "¡Cómo no se me ocurrió antes!".

Y ahora haz lo más importante: Decide apartar de por vida una hora diaria para pensar en soledad.

8
Cómo ganarte a cualquier persona

Decidimos emocionalmente y justificamos lógicamente

¿Cuando alguien te sonríe, tú sonríes automáticamente no? Pues a partir de ahora ya sabes cómo ganarte a los demás. Con una personalidad sonriente tocarás la fibra sensible y serás como un imán.

Somos emocionales. Aunque no lo reconozcamos mandan nuestras emociones. Justificamos lógicamente pero decidimos emocionalmente. Observa a tus amigos y compañeros, se justifican con lógica, pero al final deciden sus emociones. Se comprarán ese coche por lo que les hace sentir (lo saben muy bien los anunciantes), pero lo justificarán con la oferta, las prestaciones, etc. Elegirán su pareja por razones lógicas, pero será por lo que les hace sentir. Las emociones ganan siempre,

Sonríe y te abrirán las puertas

Con una actitud positiva progresarás más que con la actitud clásica de todo el mundo: unas veces un poco positivo, otras veces un poco negativo y la mayoría de veces ni fu ni fa.

Pero fíjate bien, la gente que consigue más en menos tiempo, la que consigue sus objetivos, la que parece tener suerte, siempre va con una sonrisa en la boca. Lo hace fácil, sonríe una y otra vez, es amable y no se queja. ¡Y tiene los mismos problemas y le pone las mismas malas caras que a otros! Pero ellos sonríen.

Cuidado: no valen las sonrisas falsas
¿No notas cuando alguien te sonríe por interés? Percibes la falsedad al momento. Si estas ante un actor consumado una técnica que no falla para detectar una sonrisa mentirosa es observar las arrugas. Si le salen arrugas a la altura de los ojos su sonrisa es falsa. Pero es posible que tu sexto sentido

ya lo haya detectado antes...

Si te aprecian tendrás una gran vida

Hay enciclopedias enteras sobre cómo tratar con los demás, pero todo se resume en esta frase: Cuanta más gente te aprecie, más puertas te abrirán para conseguir tus objetivos.

Y tu actitud se percibe al instante. Tenemos un radar que detecta un carácter alegre o avinagrado a diez kilómetros. Si entramos en una habitación llena de gente en un segundo notaremos quien tiene un halo positivo y quién no. Basta una mirada o dos segundos al teléfono para pillarle.

¿Y el trabajo bien hecho? Por supuesto que influye. Pero combínalo con una buena actitud. Las promociones, las subidas de sueldo y la responsabilidad serán tuyas si además te aprecian. ¿Quién sube en una organización? ¿A quienes no despiden? A los positivos. Siempre ganan los positivos. Y si por alguna razón también los despiden, serán los primeros en ser contratados de nuevo. Pero si te crees la persona con talento que no tiene por qué sonreír te cerrarán todas las puertas. Las mismas que abrirán a los positivos con menos talento. Imagina dos personas en el mismo entorno y con las mismas posibilidades. Uno es positivo y educado. El otro tiene más talento pero le cuesta sonreír y su trato con los demás se limita a ser correcto, no tiene que dar nada a nadie. ¿A quién elegirías tú?

La manera más fácil de asegurarte influencias es que te aprecien. Vale más que tus méritos, créeme. Pocos lo ven y se escudan en conspiraciones para justificar que no les tratan como merecen. Pero la solución es tan fácil como ser honesto y positivo con los demás. La gente se contagia de una buena actitud. Si eres positivo todos te favorecerán. Pero si eres negativo...

A continuación un extracto de mi libro "Motivación. Cómo Tenerla Todos los Días" que te ayudará:
Tu cerebro ya tiene las sustancias para darte la mayor alegría y confianza posibles
Hay algo importante que los adictos no saben, que se puede conseguir el mismo sentimiento de alegría felicidad SIN drogas o alcohol. El mismo.
El proceso es este: los alcohólicos y drogadictos tienen la autoestima baja

porque se ven incapaces de relacionarse y divertirse sin su droga. (Aunque insisto en que el cerebro puede producir el mismo estado sin drogas si se acostumbra a no tomarlas.)
Pero los adictos se deprimen sin droga y necesitan más. Al final la necesitarán sólo para sentirse normales. Y así sucesivamente hasta caer en una espiral de tristeza y locura.
Y ahora pensarás que eso es el caso de una minoría, pero la sociedad está llena de adictos. Gente que entre semana es "normal" y los fines de semana necesita varias copas para relacionarse. Su adicción les limita y creen no poder moverse sin su dosis. Y por supuesto le perjudica entre semana al no poder relacionarse "sin copas" como a ellos les gustaría. Por eso no hace falta ser un drogadicto o un alcohólico tirado en la calle para estar enganchado. Personas perfectamente normales de día, necesitan su dosis de alcohol los fines de semana para estar ´a tono´. Ellos también son adictos. Creen que no, pero lo son. La alegre noche, las risas con los amigos y la copa para envalentonarse es una adicción.
Por eso no podemos acostumbrarnos a ´tomar algo' para estar contentos. El cerebro se malacostumbrará y nunca producirá alegría sin ayuda externa. Tenemos que conseguirlo sin ayuda externa. Es posible. El escritor y ex drogadicto William Burroughs, dijo tras recobrarse de sus adiciones que "Cualquier sensación que pueda conseguirse con drogas, se puede conseguir sin drogas".
Y tiene su demostración científica: El cerebro emite unas sustancias que generan alegría y confianza, la serotonina y las endorfinas. Las drogas y el alcohol lo consiguen sin esfuerzo, pero también desaparecen antes. En cambio si el cerebro las consigue por sí mismo son más fuertes y duraderas. Prueba a cantar cinco minutos en voz alta o a intentar hablar con diez personas diferentes en un local lleno y serás el rey de la fiesta tras el quinto o sexto intento. "Pareces como si me hubiera tomado dos copas pero estaba perfecto", dicen los que lo han intentado. Una ventaja impagable frente al círculo vicioso de necesitar alcohol o drogas para estar feliz. Pero esto no lo saben muchos adictos y hay industrias muy poderosas interesadas en que esto no se sepa.
Puedes conseguir cualquier alegría por ti mismo. Te merece la pena invertir las semanas, meses ¡o el tiempo que haga falta! ensayando una técnica que luego te enseñaré para conseguir esa alegría por tu cuenta. Se consigue, por supuesto que se consigue. Conseguir un estado de alegría sin timidez es

posible y la sensación de autocontrol es infinita. Con otro beneficio adicional… el peligro de quemar tu saludo por drogas y alcohol desaparece.

MISIÓN 8

Prueba a alargar una sonrisa durante un minuto y por muy flojo que empiece el día te irás arriba.
El truco para sonreír es… sonreír. Sonríe sin más durante un minuto y automáticamente te volverás positivo. Entonces tu sonrisa sí que será de verdad. Tu exterior contagiará tu interior y automáticamente te sentirás bien y tu nueva sonrisa será verdadera.

9
2 Consejos para reorganizar tu vida hoy mismo

Clave 1: Planifica para ser quien quieres ser

¿Subes a tu coche y empiezas a conducir sin más? Primero necesitas saber a dónde llegar y después cómo llegar. Y con tu vida igual. Necesitas un plan. Necesitas un plan robusto para transformarte en quien quieres ser y tener así tener fuerza para seguir. Sin un plan malgastarás tu energía dando vueltas.

Ten siempre una estrategia preparada. Tu plan es un mapa donde el origen es cómo te sientes y el destino cómo quieres sentirte. ¿Quieres tener confianza, rapidez de movimientos y poder de convicción? Pues primero analízate. ¿Cómo te ves? ¿Con que fuerzas/debilidades? ¿Cómo reaccionas a lo desconocido? ¿Qué miedo quieres vencer? Y luego planifica medidas. Cambiar tu postura corporal, pensar en positivo, formarte en cierto tema, tener autoconfianza, dominar unos conocimientos o ganar x dinero.

En tu plan tendrás una imagen limpia en tu mente de quien quieres ser para desvanecer cualquier resistencia al cambio. Así diseñarás cómodamente que hacer para vencer tus retos y convertirte en quien quieres ser.

Porque no se trata de cambiar el mundo, sino de cambiarte tú. La gente falla al querer cambiar a los demás, lo que tiene que cambiarse es a sí misma. Por eso conseguirás todos tus objetivos si te enfocas en ti mismo.

Y todo el tiempo que planifiques te ahorrará varias veces el tiempo de ejecución. Cuanto más detalles planifiques, más tiempo ganarás. Puedes sentarte, tumbarte, pensar intensamente o esperar relajado a que vengan buenas ideas. También puedes diseñar quien quieres ser bolígrafo en mano y hacer un diagrama con flechas y palabras... todo vale. De cualquier modo surgirán nuevas ideas y se refinarán las que ya tienes ahorrándote tiempo y

dinero.

Cada día, cada hora y cada minuto que planifiques en quien quieres convertirte son preciosos. No puedes perder tu vida deshaciendo pasos en falso. Necesitas un plan que te lleva a tu yo preferido. Por eso si diseñas lo que dirás, tus reacciones y tus pensamientos ganarás diez veces el tiempo invertido.

Clave 2: Centralízalo todo en una lista

Está demostrado que trabajar desde una lista donde centralices todo aumenta tu rendimiento un 30%.

La gente productiva utiliza listas. ¿Cuántas veces te lamentas por no haber ido al supermercado con una lista? Pues con tu vida igual, te interesa tener cómodamente todo controlado y agrupado en un punto. No caigas en el error de creer tener todo "en la cabeza" para luego olvidarte de los detalles importantes. No puedes perder tiempo buscando aquí y allá. Tenlo todo centralizado en una lista para ganar tiempo.

Si trabajas mucho con el PC lo mejor es una lista digital donde agrupes todo lo pendiente. Una lista digital que permita cambios y subdivisiones a tu antojo. Ahí incluirás tus grandes metas, tus submetas, tus planes, asuntillos pendientes y varios datos. Tendrás tus objetivos del día, lo que harás por la mañana concentrada, a mediodía y por la tarde. Descompondrás tus grandes objetivos en pequeñas tareas manejables y así maximizarás tu tiempo. Verás que es prescindible (¡la eficacia de dejar cosas sin hacer!) y en que concentrarte para ir mucho más rápido. Y sobre todo: disfrutarás de la sensación de control. Sabrás siempre que hacer y en que parte del camino estás. Éste y más trucos para gestionar tu tiempo al máximo y ganar 2 horas adicionales al día lo encontrarás en "El Secreto de la Gestión del Tiempo".

MISIÓN 9

Empieza hoy apartando media hora para planificar y gestionar tu lista. Invierte los primeros 15 minutos pensando en tu futuro y tus movimientos

(verás que buenas ideas surgen). Y en los restantes 15 minutos piensa y diseña las gestiones que te lleven a ello. Combina esas gestiones para ver cómo puedes hacer varias a la vez. (Por ejemplo: "Escucho ese libro en versión audio mientras mejoro mi forma física corriendo por el parque." O "Conduzco 2 horas para ver a mi viejo amigo que tan buenos consejos me da y mientras voy pensando en mi plan por el camino").

Haz tu lista a tu manera. Añade colores, diagramas y diferentes tipos de letra. No necesitas una lista inmaculada y "perfecta". Cambia y combina como te sientas cómodo. Y para eso te aconsejo el formato electrónico, así harás y desharás cambios limpiamente.

DÍA 4
10
3 Claves para que produzcas el triple que antes (con el mismo esfuerzo)

Clave 1: El secreto de dar un pequeño paso cada día

Puedes llegar muy lejos si cada día das un paso. Un día un poco, otro día otro poco… y de repente lo tienes. Mejora sobre mejora y sin darte cuenta serás un experto muy bien pagado. Y la clave es hacer cada día algo.

Se trata de dar un pequeño paso. Cuando empiezas la primera alegría es ver que no tardarás años en conseguir ese talento que deseas, será bastante menos. Y si eres constante lo conseguirás en tiempo récord. En unos pocos meses podrás ser el número uno donde ahora eres un novato.

¿Qué habilidad crítica necesitas para conseguir el futuro que buscas? Cultívala cada día y la conseguirás antes de lo que crees. Puedes disparar tu autoconfianza hablando cada día con dos personas más, puedes ponerte en forma en unos meses si cada día entrenas un poco y puedes conseguir mucho dinero si cada día ahorras algo y piensas en cómo ganar más.

Pero se paciente, nada grande se hizo en un día. Lo lograrás en poco tiempo si eres constante, pero primero empieza. Una recompensa para toda la vida gracias a unos pequeños pasos diarios. Cuando entres en el club del dinero y el reconocimiento se preguntarán cómo lo lograste. Y tú sabrás que fue la constancia: un paso cada día.

Clave 2: Inténtalo (sólo inténtalo) el doble y triunfarás

Los fracasados se cierran puertas porque nunca se deciden. No entienden que los errores son necesarios, que sólo así conseguirán aciertos. Su ego es demasiado frágil para asumir equivocaciones. Son incapaces de probar y fallar. Se obsesionan demasiado con que no les vean confundirse. Y al final tienen que seguir con una triste vida repitiendo patrones ineficaces. Van con el freno de mano puesto por miedo a fallar. Pero el fallo es no intentarlo.

En cambio unos pocos con menos talento se atreven a probar algo nuevo y son los que triunfan. Los que llegan más lejos son los que intentan más cosas. Si cambias de trabajo, si cambias tu horario, si lees libros nuevos, si hablas con gente con la que nunca hablas o si apartas más tiempo para pensar, irás como un cohete. Probar sólo traerá beneficios. Cuanto más pruebes antes llegarás a tus objetivos. Tu camino a la cima está vacío porque muy pocos se atreven a subir, sólo es para los que no les importa confundirse, para los que no tienen miedo a caer y levantarse. Así que si quieres triunfar rápido sigue este lema: dobla tu número de fracasos.

Ponte inmediatamente en marcha, con decisión. ¡Acción! Ese es tu lema. Y si fallas perfecto, no pasa nada. Prueba diferentes cosas. Sin miedo. Prueba esa nueva técnica para aumentar tu productividad hoy, prueba ese consejo para gestionar mejor tú tiempo hoy, haz esa nueva amistad hoy. Si no funciona no pasa nada, tendrás más experiencia. Pero si funciona... el mundo a tus pies.

Si quieres triunfar dobla tu número de fracasos. Con esta idea conseguirás en un año lo que otros necesitan diez.

Clave 3: Más y mejores relaciones propulsarán tu autoconfianza

La gente no investiga mucho a la hora de relacionarse y sólo hacen negocios con los pocos que conocen. Por eso multiplicarás tus logros si construyes una creciente red de influencias. Cuanta más gente conozcas y te conozca, antes darás con la persona exacta. Si te relacionas bien, la oportunidad de tu vida llegará varias veces al año.

Necesitas relaciones con gente de calidad y tienes que aumentar las personas y organizaciones interesantes. Asociarte con los mejores es clave para abrirte puertas. No puedes conformarte con lo que te ha tocado. ¿Y cómo lo haces?

Siendo accesible. Muchos van envueltos en un halo de importancia dando lecciones y jactándose de lo buenos que son. Pueden estar una hora seguida sin hablar en grupo porque nadie les “interesa”. ¡Pero no tiene sentido, así sólo se aíslan! No saben que esa gente que no les “interesa” tiene cosas bastante interesantes que decir. ¡Además de muy buenos contactos que podrían ser suyos!

La gente sólo favorece al que le cae bien, no al tonto de turno que predica lo mucho que sabe. No harán negocios con el que en teoría deberían hacer negocios, sino con el que les cae bien. No compran al que en teoría tendrían que comprar, sino al que le cae bien. No abren puertas al que en teoría hay que abrir puertas, sino al que le cae bien. Aunque la explicación oficial no lo diga, ayudamos sólo a quien nos cae bien.

Por eso ganarás mucho siendo extremadamente cortés y escuchando a los demás. Si eres educado y miras a la cara como si te fueran a dar la fórmula de tu primer millón de dólares tendrás a alguien dispuesto a ayudarte y darte la mejor información. Cuanto más gustes más privilegios. Si gustas no importarán tus debilidades, pero si no gustas te las restregarán continuamente.

Todo lo que necesites para multiplicar tu productividad con el mismo esfuerzo lo encontrarás en mi libro: "30 Maneras de Aumentar tu Productividad". Aquí tienes un extracto que te ayudará a ser más productivo:

Lánzate A Lo Que Más Miedo Te De Y Acertarás Siempre

Si quieres disparar tu productividad, haz lo que más te imponga.

¿A que ahora hay algo que te imponga? ¿A que hay algo importante pero no sabes cómo empezar? Pues no lo dudes: ve a por ello y deja todo lo demás. Las únicas barreras para conseguirlo en tu imaginación.

La estrategia más inteligente para producir más es hacer lo que más importante. No pospongas nunca el proyecto que tienes que acabar. Así ganarás siempre. Si ahora lo más duro es sentarte dos horas a terminar esa propuesta, notificar un despido o deshacer un malentendido, ése será tu mejor movimiento. Contestando un email o realizando unas llamadas que pueden esperar no ganarás ni la décima parte.

La cabeza nos juega malas pasadas posponiendo las tareas decisivas. Pero son la manera perfecta de avanzar y ganar. ¿Cuántas veces una situación difícil acabó convirtiéndose en una minucia tras un pequeño paso al frente? Alégrate con ese trabajo que necesita toda tu concentración o esa gestión que todos rehúyen porque eso es lo que más subirá tu productividad y te dará dinero a largo plazo. Mostrarás tu valía y ganarás experiencia para algo más grande aún.

Hace unos años tuve un proveedor que tenía un director de logística muy inteligente pero con cierta propensión a pasar de puntillas por las situaciones difíciles.

Un día contrató a un ayudante al que pasaba todos los "puntos calientes". Ese novato carecía de su visión estratégica ni carisma, pero se arremangaba hasta encontrar una salida a cualquier asunto. Como no, su fama de apagafuegos corrió de boca en boca de la noche a la mañana.

Al de seis meses me informaron de que el director fue despedido. ¿Sabes quién ocupó su puesto?

MISIÓN 10

1- Prueba a “hacer un poco cada día”.
Practica cinco minutos diarios el talento que te gustaría tener. O reúne datos para ese gran proyecto que siempre pospones. O siéntete como si fueras el rey del mundo para ganar autoconfianza. Sólo cinco minutos diarios. En pequeños pasos será fácil, porque tendrás fuerza de voluntad para actuar. En un mes notarás como todo cambia, en medio año dominarás el talento más difícil y en una año serás el número uno. Sólo con un paso al día.

2- Intenta en los próximos 7 días 3 cosas nuevas. Prueba ese nuevo software o aplicación de móvil que ahorra tiempo, habla con quien nunca te paras a hablar y toma esa decisión que llevas aplazando semanas.
No tengas miedo a confundirte.

3- Al contrario de lo que muchos creen ganarás muchos amigos y contactos escuchando, mirando a los ojos y dando las gracias. Con la mentalidad de "¿Qué puedo hacer por ti?" ganarás adeptos continuamente. Y eso te hará poderoso. Así recibirás favores y consejos que acelerarán tus tareas. Ganarás años de trabajo duro con esas nuevas puertas abiertas.

11
Cómo trabajarás menos duro y llegarás antes con un experto

"Copia" a los expertos y ahorrarás años de trabajo extra

Tienes que copiar al experto. Fuera orgullo. No puedes renunciar a tantas ideas de calidad a tu alcance. ¡Obvio pero pocos lo ven!

Estudia a los que han llegado lejos y no tendrás que empezar de cero. Ahorrarás meses y años de golpe si copias las ideas probadas de expertos. Cómo lo oyes: copiar. No imaginas las posibilidades a tu alcance. Busca hoy mismo al experto que necesites y haz lo que él hace. Cambia un 10% su estilo y dale tu toque personal. Sigue al mejor y cópiale.

Cuando me preguntan cómo he conseguido ciertas cosas no me escondo y digo la verdad: copiando. Siempre que puedo me escapo para leer y copio lo que veo. Por eso leer es una de mis mejores inversiones. Así que gana tiempo leyendo libros y escuchando cursos de audio de gente que ya lo consiguió. Sus ideas te ayudarán directamente y también podrás combinarlo con lo que sabes y así multiplicarlo en nuevas ideas... y más dinero. No desperdicies tu tiempo, busca a los expertos y cópiales.

El peligroso error de "Ya lo he visto todo"

La mayoría cree que ya "lo sabe todo" y que "ya lo ha visto todo" y deja de buscar. Pero se pierde ideas y datos valiosísimos por no seguir formándose. Han visto algo alguna vez y creen que todo lo saben… pero su situación prueba que no han entendido nada porque caen en todas las trampas y luego se quejan de su mala suerte.

Se tenaz y lee. Tienes toda la información necesaria para alcanzar el éxito, pero tienes que ir a por ella. Se humilde para escuchar ideas y consejos. Da

un paso más, no te conformes con la visión general. Investiga lo nuevo. Todos saben que Pedro Experto es el mejor en marketing pero luego no leen lo que dice. Se pierden las grandes oportunidades y fallan estrepitosamente.

Y que no te importe repasar lo que “ya sabes”. Las ideas se fijan mejor con la repetición y siempre surgirá un detalle que pasaste por alto en su momento. Cuantas más veces repases cómo aquella persona pasó de cero a cien millones de dólares, antes lo conseguirás tú. Un concepto no se fija a la primera, pero si te formas de continuo se grabará en tu cerebro y empezarás a destacar sin darte cuenta.

MISIÓN 11

Haz dos planes, uno a corto plazo de aquí a un año y otro a medio plazo de aquí a 3 años. Averigua lo que necesitas saber para tus dos planes, para despegarte definitivamente como experto en tu campo.
Investiga quienes son los que más saben y sigue sus cursos y libros. No les estudies por encima para decir que ya les conoces, hazlo a fondo. Aparta todos los días 20 minutos para tu plan a corto plazo y otros 10 para tu plan a 3 años. Vale el tiempo en el coche o en la comida oyendo sus audio-cursos.

12
Los 2 pasos para cambiar tus pensamientos negativos por positivos

¿Enfadado o contento? Tú eliges tu reacción

¿Te ocurre todo lo malo? ¿Te han perjudicado? ¿Tienes mala suerte? ¡Mentira! Eres lo que piensas y punto.

Tienes problemas, como todos. Pero esos es bueno, señal de que estás avanzando. Si no tuvieras problemas tu vida estaría estancada. Alégrate de las dificultades. Céntrate en tus metas y alégrate de los obstáculos porque son la evidencia de que te acercas. A partir de ahora, cuando tengas que superar un problema piensa en cómo contribuirá a tus objetivos. Piensa en cómo te harás más fuerte superándolo. Deja de pensar en quien te zancadilleó. Se lo hubiera hecho a otro también. Además necesitas las zancadillas o nunca tendrás éxito. Así te harás mejor estratega pensando en la solución, te harás más fuerte actuando y dominarás tu mente cuando veas cómo puedes quitarte un enfado sin darle importancia. Combínalo con tus objetivos y nada podrá contigo. Mientras otros se rinden a la depresión con malos pensamientos, tú sólo verás metas. Los problemas no serán problemas, sólo ayudas que te acercarán a tus objetivos.

El antídoto para no preocuparte nunca: un método en dos pasos

Muchos cometen el error de intentar eliminar un pensamiento negativo haciendo que desaparezca, pero así sólo consiguen pensar más en él. La clave es sustituirlo por otro. Y nada como un buen objetivo para echar un mal pensamiento. Cuando algo negativo incomode tu mente sustitúyelo. Sigue

estos dos pasos:

1. Paso
Deja pasar los pensamientos negativos y ríete de ellos. Disfruta mirándoles a la cara. “Venir cuanto queráis porque de la misma os vais a ir”. Y automáticamente pensarás en otra cosa.

2. Paso
Ahora visualiza algo bueno, un objetivo o algo bueno que hiciste. Piensa en tu yo ideal, tu estilo de vida ideal o tu escena ideal durante un minuto. Que no sea un chispazo de un segundo, insiste. Añade colores, movimiento y brillo.

Siempre que algo te enfade, siempre que un recuerdo o comentario te queme, acéptalo sonriente y luego neutralízalo pensando en tus metas. Ese deseo que tanto te entusiasma apagará cualquier pensamiento negativo.

La vida es una sucesión de problemas. Pero si piensas en tus metas, en lo que de verdad quieres, los problemas sólo serán un entrenamiento para fortalecerte. La clave es sustituir. Los pensamientos negativos se eliminan sólo cuando se sustituyen por los positivos. Por eso tienes que pensar más en el futuro y menos en el pasado. Visualizar a dónde quieres llegar es un placer. Nuevos sitios, nuevos paisajes, nuevas personas… Tus sueños futuros te harán feliz porque no puedes pensar en dos cosas a la vez, o positivo o negativo.

Si piensas en tus metas nunca tendrás momentos débiles. Con un propósito definido no podrás esperar a levantarte por las mañanas, surgirán mil ideas y cualquier desagradable enfado se irá. Y esas ganas de vivir te abrirán todas las puertas. Por ejemplo:

-NO: "He perdido clientes."
-SI: "Afinaré más mis estrategias para conseguir nuevos y esa nueva habilidad me beneficiará el resto de mi vida."

-NO: "Estoy desorientado y no sé qué hacer con mi vida."
-SI: "Perfecto, estoy en un periodo apasionante dónde todo son ideas y posibilidades para conseguir algo grande."

-NO: "He perdido un amigo. "
-SI: "Genial, no me convenía si ya no es mi amigo. Tengo que eliminar cosas malas para que entren cosas buenas."

Tan sencillo como eso. Mientras otros consumen su vida con pastillas y lamentos tú te desahogarás entusiasmándote con nuevos objetivos. Y eso alargará tu vida.

MISIÓN 12

Estate atento al primer pensamiento negativo que te cruce hoy. En cuanto pase por tu cabeza ríete de él como si fuera algo ridículo. Y luego sustitúyelo pensando en cómo te ayudará en una meta.
Por ejemplo: "Estoy sólo en esta nueva ciudad en la que está mi nuevo trabajo", lo transformarás en "Genial, por fin tengo tiempo para mí. Y además podré empezar de cero con nuevas amistades."

DÍA 5
13
Batirás todos los récords si te dedicas en soledad a hacerte mejor

¿Cuánto te has preparado hasta ahora? Te lo diré: tanto como para llegar a dónde estás hoy.

Tu vida es un espejo de tu preparación. Estás dónde estás por tu esfuerzo y lo que te has formado. ¿Qué tal si eliges prepararte el triple y crecer el triple? Si otros han llegado lejos preparándose tú también puedes. Puedes conseguirlo todo formándote más y no quejándote. Mientras los demás ven la televisión y critican tu ganarás el mundo. Si quieres ser feliz y vivir tus sueños prepárate más.

Puedes conseguir cualquier talento

¿Que otros tienen talento y tu no? No te preocupes. Los "talentos" se aprenden. Cualquier talento que quieras lo puedes dominar. Si quieres ser un buen organizador, lo serás, si quieres ser un buen vendedor, lo serás, si quieres ser buen economista, lo serás, y si quieres tener tu propio grupo de empresas, también lo tendrás. Si estás dispuesto a invertir te convertirás en quien quieras. Todo depende de cuánto lo desees. Cualquier esfuerzo es fácil si tienes un deseo intenso.

Todo el mundo quiere ganar, pero pocos quieren pagar el precio. Por eso si te esfuerzas en dos horas de trabajo duro mientras los demás hacen pausas, si te formas cuando los demás prefieren dormir y haces un último esfuerzo de cinco minutos cuando los demás se han ido, el mundo estará a tus pies. Tus resultados extraordinarios serán la suma de esos esfuerzos invisibles. De seguir concentrado cuando los demás se relajan. De perseverar.

Los cinco minutos adicionales con los que arrollarás cualquier competidor

Para alcanzar la excelencia tienes que andar siempre un kilómetro más. Cuando te pidan algo invierte cinco minutos más. Cuando escribas algo invierte cinco minutos más mejorándolo. Cuando presentes algo prepáralo cinco minutos más. Cuando entrenes esfuérzate cinco minutos más. Ahí marcarás la diferencia.

Pero nunca andes el kilómetro adicional por impresionar a los demás. Hazlo en silencio, disfrutando de la excelencia. Si tu intención es dar lo mejor, arrollarás a cualquier competidor y batirás records de beneficios si te dedicas anónimamente a hacerte mejor. Por mucha competencia y por muy mal que vaya la economía.

El universo te recompensará con creces si pagas el precio

Decide cuanto antes perseguir tu ambición sin vuelta atrás. Cuanto antes pagues el precio, antes verás que es posible. Los que llegaron lejos invirtieron los minutos extra planificando y trabajando de seguido. Invirtieron el kilometro adicional preguntando y formándose. Y el premio fue mayúsculo… y antes de lo que esperaban.

¿Significa que serás el número uno de la noche a la mañana? No. Pero no tardarás mucho. Puede que necesites unos meses leyendo y preparándote, puede que muchos días requieran esfuerzo extra, puede que probar y fallar sea duro, puede que analizar y planificar requiera concentración, pero de repente todo se conectará. Un resultado llevará a otro y a otro… y ya lo tendrás. Y llegarán los premios. Muchos necesitarán tus conocimientos ya a alguien curtido en mil batallas. Te pagarán lo que les pidas. Y llegará alguien que te pagará aún más. Y si sigues te verás eligiendo entre diez proposiciones tentadoras, en tus términos y condiciones por supuesto.

Pero tú astutamente seguirás formándote y entrenándote por dos razones: una por ganar más todavía y otra porque te gustará la droga del crecimiento. El tenista Roger Federer no competía por dinero tras ser el número uno, eso ya lo solucionó. Competía por la satisfacción de crecer y ser el número uno. Podrás retirarte, pero seguirás creciendo por pura diversión. Por ver el mundo

desde más arriba mientras sonríes viendo a otros buscando atajos sin preparación. Ya no será el dinero, eso estará solucionado, seguirás agrandándote por puro placer. Y cuando el dinero no sea una necesidad, curiosamente ganarás aún más.

Si te critican es que vas bien

La mayoría no sale de la mediocridad. En el rebaño están más cómodos. ¿El número uno? Eso es para otros. Por eso su gran afición es criticar a los que persiguen metas. Así que espera críticas. Dirán que "quién te crees por intentarlo", magnificarán cada tropezón y cuando lo consigas dirán que tuviste suerte. Así darán salida a su patético resentimiento, aunque ese resentimiento sea el que les impide avanzar.

Pero no te preocupes: ¡Si te critican vas por buen camino!

MISIÓN 13

Identifica las veces que tuviste "suerte" en tu vida. ¿Fue suerte o preparación? Desglosa bien lo que hiciste antes de tener esa "suerte".
Y ahora vuelve al espíritu de cuando mejoraste en alguna habilidad o deporte. Envuélvete de esa sensación para tu próximo objetivo. Siente lo que sentiste para mejorar tu gestión del tiempo, para ser más disciplinado y para concentrarte al 100% en tu proyecto más importante. Inténtalo sólo por el placer de hacerte mejor. (Igualmente esos intentos repercutirán directamente en tu sueldo.)

14
Cómo favorecerte siempre de las casualidades

A quién favorecen las casualidades

No existen las casualidades. No existe el “Uy, qué casualidad, qué buena/mala suerte he tenido". Este atleta no ha ganado la medalla de oro por casualidad. Ese asesor no es el mejor pagado por casualidad. Esa empresa no es la líder de su sector por casualidad. Cuando haces bien las cosas existen probabilidades de que ocurran ciertos eventos. Si intentas ciertas acciones un número suficiente de veces, obtendrás unos resultados que no serán casualidad.

Si sigues la pista y tiras del hilo hasta el principio de esa “casualidad”, encontrarás un por qué. Y verás que antes hubo una preparación mental.

Tu situación actual es la mejor que puedes tener

Tienes que entender esto: tu actual situación es la mejor que puedes tener. Lo tienes todo para conseguir algo grande.

Se trata de mirar en positivo. Te contaré la historia de Carlos Cebrián, un amigo mío que lo comprobó hace poco. Carlos se puso enfermo y no pudo asistir a una presentación importante. Ahí iba a estar la flor y nata de su sector, imprescindible para hacer contactos e impulsar su carrera. En una tarde iba a hacer el trabajo comercial de seis meses. Pero no pudo ir. Se rompió una pierna y tuvo que quedarse en casa de baja. Pero no se rindió. Esos días aprovechó para leer un libro que de otra manera no hubiera leído. Y entonces ocurrió. En el libro encontró el consejo decisivo para lanzar carrera. Era un sistema que le permitía llegar al doble de clientes en la mitad de tiempo. Hará cuatro veces más en un día. Cuatro veces más resultados en un solo mes. Con esta técnica para contactar con más clientes recuperó en mes y

medio lo que se perdió en aquel evento. Y en un año... en un año batió todos los records de resultados.

Otra prueba de que tu situación actual es la mejor que puedes tener: Alfonso Del Moral estaba buscando cambiar de trabajo con todas sus fuerzas. Llegaron las vacaciones y decidió ir con su mujer a esa isla que tanto les gustaba. Pero su reserva se anuló. Gran decepción. Al final terminaron haciendo otro viaje que estaba de oferta. No les ilusionaba tanto, pero pusieron buena cara y fueron. Casualmente en ese viaje se encontraron con un viejo amigo que les presentó a otra persona. Esa persona resultó ser el consejero de una empresa que estaba buscando un director nuevo y Alfonso encajó en el perfil. Lo que empezó como unas malas vacaciones, acabo siendo la ocasión de su vida.

Y otra más: Teresa Puig no pudo utilizar durante doce meses el dinero que había ahorrado por culpa de un mal consejo de su banco y se perdió una inversión importante. Pero en vez de lamentarse lo vio como un aviso y aprovechó el tiempo que estuvo sin poder mover su dinero para buscar futuras inversiones y formarse en finanzas. Entonces descubrió el error que hubiera cometido con su inversión inicial y las nuevas posibilidades que tenía. Lo que ganó en esos doce meses le hizo luego acertar siempre en sus inversiones. Y hoy vive sólo de esas rentabilidades.

MISIÓN 14

Reconvierte tus 3 mayores "problemas" actuales en una partida de ajedrez. Espera lo mejor y tendrás lo mejor. A partir de hoy mira tus 3 principales retos como algo positivo (lo que son), como algo que te han regalado para mejorar y darte una oportunidad. Disfruta diseñando estrategias. No sólo cambiará tu humor sino que desarrollarás una inteligencia fuera de lo común. Cada día será una lección impagable de estrategia y oportunidades aprovechadas.

15
El increíble poder de tu mente superior

Todas las grandes ideas, los avances científicos, las obras maestras de la pintura, música o literatura se construyeron gracias a la mente superior. Y tú también empezarás a conseguir cosas extraordinarias cuando la escuches. Es la mente que combina genialmente todo lo que sabes y te da la solución. De repente surge la mejor idea, la solución a tu problema o te avisa de un movimiento que harás para no perder dinero (o para ganarlo). La mente superior es una sabiduría atemporal a tu servicio. Tienes dentro una inteligencia infinita que puede guiarte como guió a muchos genios.

La mente superior no es un concepto nuevo. A lo largo de la historia tuvo varios nombres, el superego, el yo o la fuerza suprema. El término actual surgió cuando Carl Jung y Siegmund Freud fundaron la psicología como ciencia y describieron clínicamente algo que ya existía. Pero para entonces muchos pensadores la habían utilizado.

Ahora te diré cómo tener ideas geniales y acertar en todas tus decisiones llamando a tu mente superior. Tienes dos maneras: la activa y la pasiva.

Tu herramienta mental más poderosa

Tienes una mente consciente que usas cuando estás despierto. Es la que analiza la información, la compara con tus experiencias y decide. Luego da unas órdenes al subconsciente y esta da su opinión y empieza a buscar soluciones. Pero todavía tienes una mente más poderosa, la mente superior. Es la inspiración, la imaginación y la eficacia juntas. Es la habilidad para estar en el sitio justo en el momento exacto, la habilidad para fabricar tu gran idea donde dirás "¡Dios mío ya lo tengo, es increíble, esto va a cambiarlo todo!" La mente superior nunca falla. Si la utilizas conseguirás cualquier cosa

que busques.

Para empezar piensa intensamente en tus metas. Si actúas como la mayoría que da vueltas sin un fin nunca te aprovecharás de la mente superior. Pero con un objetivo claro tendrás todas las respuestas. Lánzale como un láser a por tus objetivos y aparecerá. Limpiará tu mente de basura y te dirá exactamente qué hacer con momentos de inspiración y visiones. Será ese chispazo dónde lo ves todo claro, la idea que surge "de repente" o el dato que encuentras y te avisa de algo importante.

Tu mente superior puede ser tu arma letal para conseguir objetivos, pero antes tienes que llamarla. Y la llamarás teniendo claro lo que quieres y lanzándote con entusiasmo a tus grandes proyectos. Sólo así la pondrás en marcha. Activa tu mente superior con unas metas claras, por escrito si hace falta, y visualízalas siempre que puedas. Pide y se te dará.

Las dos maneras de activar tu mente superior

Existen dos maneras de activar tu mente superior, la activa y la pasiva. Lo mejor es combinar ambas. La manera activa es concentrarte intensamente en tus fines. Si te vuelcas en un reto, tu mente superior te dará ideas. Verás un atajo por aquí, una voz te chivará quién puede ayudarte y una combinación de datos casual te dará una idea genial.

Y la otra manera es la pasiva, simplemente desconectando. A veces estamos demasiado ocupados con nuestros pensamientos y no dejamos que la mente descanse y analice. Necesitamos relajarnos para que el cerebro derecho y el izquierdo se conecten y generen soluciones. A veces dejar que tu mente superior te hable será tan fácil como estar tranquilamente 30 minutos sentado sin pensar en nada, sin música ni pasatiempos. No te relajes, escucha el silencio. En los primero cinco minutos la inercia diaria te llenará de pensamientos, pero insiste en poner la mente en blanco y llegará la primera revelación interesante. Sigue escuchando al silencio y aparecerá otra solución que te hará golpearte la cabeza y decir: “¡Claro que sí, eso es lo que voy a hacer, lo tenía delante!” Y así una tras otra.

Prueba la manera pasiva esta tarde con 30 minutos de silencio. Seguro que das con una idea brillante o tu mente te avisa de algo urgente para salvarte de

una pérdida que ahora no ves. 30 Minutos en silencio te avisarán de muchas oportunidades y evitarán errores a punto de cometer. De repente verás una oportunidad a punto de escaparse o una manera facilísima de ganar tiempo. Intenta alargar esa calma y aparecerán todavía más ideas increíbles.

Sólo si estás dispuesto a escuchar tu mente superior resolverá tu vida. Y cuando te de la solución, déjalo todo y actúa. La mente superior sólo seguirá dando consejos si le haces caso. Si te da la solución y no atacas no trabajará más para ti. Por eso cuando tengas una intuición actúa. No desaproveches nunca tus corazonadas o no habrá más revelaciones.

Cuidado con los objetivos borrosos

Utiliza detalles para hablar de tus objetivos a tu mente superior. Los objetivos de la mayoría son muy borrosos, "quiero tener dinero…", "quiero ser feliz…". ¿Pero cuánto y cómo? ¿Con quién quieres ser feliz? ¿Con cuánto dinero? ¿Con cuánto tiempo libre? Cuanto más específico mejor será la solución de tu mente superior.

Cómo tomar las mejores decisiones gracias a tu mente superior

¿Alguna vez te acordaste de alguien que no veías hace tiempo y te llamó justo aquel día? Fue tu mente superior en acción. Puedes beneficiarte mucho más de ella convirtiéndola en tu alarma personal. Si un día quieres despertarte a cierta hora, te despertarás a esa hora exacta y al minuto exacto. Si necesitas a una hora específica hacer algo, te avisará sin más. Si necesitas que alguien se acuerde de ti, lo hará. Si necesitas encontrar una persona en concreto, darás con ella los próximos días.

Pídele ayuda a tu mente superior y refinarás su poder. Y sobre todo utilízala para acertar en tus decisiones. Si estás ante una decisión grave como cambiarte de ciudad o de trabajo, te dirá la mejor opción. Te dirá si esa persona es de fiar o no. Te dirá si te conviene meterte en ese negocio. Te dirá si ese restaurante es el adecuado para acertar con la cena del próximo sábado. Déjate guiar en tu próximo movimiento escuchando a tu mente superior y sabrás siempre qué hacer. Si no te lo dice al momento espera unos días,

quizás a la mañana siguiente aparece la solución a ese reto pendiente. O quizás dentro de un par de días oirás un comentario donde menos lo esperabas que te dirá lo que querías saber. Hazte la gran pregunta y espera la respuesta. Ten paciencia que la solución aparecerá.

5 Beneficios más de la Mente Superior

Si escuchas a tu mente superior evitarás arrepentirte de muchos actos. Si te dejas guiar por ella irás sobre seguro. Cambiará tu forma de actuar para atraer a las personas, las circunstancias e ideas necesarias. Todo fluirá. Acertarás con las personas, con tus proyectos de trabajo o con tus vacaciones. Y la sensación de hacer lo correcto no tendrá precio.

Con tu mente superior preverás si algo va a salir bien o mal, nunca falla. Memorizarás datos a nivel inconsciente, procesarás mil experiencias y observaciones que hiciste sin darte cuenta y predecirás lo que va a ocurrir. Así ahorrarás meses de tiempo perdido en malas decisiones. Aquí van 5 beneficios más de escuchar a tu mente superior:

1. Un nuevo sentido común te dirá exactamente cómo resolver tu problema más acuciante.
2. Acertarás cuando huelas el peligro y te retirarás a tiempo.
3. Reconocerás patrones rápidamente y sabrás cuando entrar y cuando salir.
4. Tomarás decisiones rápidas incluso sin información completa.
5. Podrás juzgar perfectamente a otras personas, será difícil engañarte.

Importante: Atento al camino inesperado, puede ser el mejor

Alcanzarás tus grandes éxitos por caminos inesperados si llamas a tu mente superior. Porque la solución que te dará no siempre será la obvia. Imagina que decides con todas tus fuerzas ganar más dinero y acto seguido te despiden del trabajo. Justo lo que no necesitabas. ¡O no! Porque de repente tendrás tiempo para dedicarte a tu pasión. Irás tirando unos meses viviendo más feliz que nunca, tu mininegocio empezará a prosperar y ganarás mucho más dinero. Y entusiasmado. Lo mejor que te podía pasar. Y todo gracias al despido. La mente superior marcó perfectamente tus movimientos.

Nunca desaproveches esta herramienta de éxito

Conseguirás cualquier meta si escuchas a tu mente superior. No la desaproveches porque te dará todo lo que desees en la vida. Todo. Si quieres algo con intensidad, deséalo con intensidad. Y luego aparta un tiempo para pensar en soledad. Llama a tu mente superior por el método activo o pasivo y te dará el camino rápido para conseguir tus objetivos.

MISIÓN 15

Desata tu mente superior aislándote dos veces por semana 30 minutos.
Siéntate o túmbate en una habitación tranquila. No necesitas ir lejos.
La primera vez invierte 30 minutos en pensar intensamente en tu objetivo.
Surgirán algunas soluciones.
Y la segunda vez aíslate de nuevo sin esforzarte en pensar. Surgirán soluciones sin que hagas nada, sobre todo en los últimos minutos.
Cuando pruebes repetirás. Será tu herramienta más poderosa.

DÍA 6
16
Cómo tu marca personal te dará dinero y reputación

Todos saben quién es el más eficiente

¿A que sabes quién es el que más trabaja en tu organización? ¿Y el segundo? ¿Y el tercero? ¿Y el que menos trabaja? Si tuvieras un negocio propio sabrías muy bien a quien fichar.

Tenemos un sexto sentido para juzgar a los demás. Juzgamos a los que nos rodean y les ponemos nota. Si en una organización todos tuvieran que puntuar a todos según lo que trabajan, todos coincidirían: el primero sería el primero con diferencia, el segundo también… y el último también. ¡Y eso quiere decir que también te juzgan a ti!

Pero ahí tienes tu oportunidad. Porque la gente buena quiere estar con gente buena. Está claro que algunos llegan a puestos altos por política o chanchullos, pero la mayoría no es tan ingenua para poner a un recomendado en un puesto que requiere resultados. Por eso llegarás alto trabajando para tu propia marca de calidad. Haz las cosas bien porque no engañas a nadie, igual que nadie te engaña a ti. Y si tu trabajo no sirvió para subir y tienes que cambiar de sitio no te preocupes. Todo lo que hiciste fue para ti y para hacerte mejor. Y habrás creado un aura de persona eficiente que te ayudará en futuros puestos. Nada se pierde.

Tu reputación es tu mayor activo

Como la marca de una gran compañía, tu nombre es tu mayor activo. Es lo que dice la gente de ti cuando no estás delante, es como te perciben tus clientes, compañeros y amigos. Con un buen nombre te harán favores,

conseguirás mejores clientes, mejores puestos y ganarás más. Tu marca es fundamental. Y tienes que ser una marca potente como Ferrari, Sony o The Economist. Compañías que pueden vender más caro porque tienen calidad y la gente confía en ellas. Con un buen nombre generarás beneficios automáticos.

Pero primero tienes que enfocarte a resultados, no a imagen ni palabrería como hacen muchos, sólo a resultados. Hay gente muy divertida y de verbo fácil que parece, sólo parece, haberse ganado a todo el mundo. ¿Pero dónde está? Al final contratan a las personas que dan resultados. No hay atajos, primero las soluciones y luego el dinero. Sólo cuando tengas una reputación de hombre-solución te subirán el sueldo y tus clientes te comprarán más caro. Y no es difícil. Pero primero tienes que ser ante todo honrado, no engañarte y hacer bien tu trabajo. Así estarás en una categoría diferente de la gran masa que hace el trabajo justo para que no le despidan. Tu misión será que acudan a ti para lo importante, que sepan que das soluciones. Tendrás que trabajar algunas horas más y dar más de lo que piden, pero esa fiabilidad tendrá premio. Cuando seas el hombre-solución no les importará pagarte más. Ponte en su lugar: ¿Si necesitaras un urgente consejo fiscal o un buen médico donde irías, al barato o al caro con un buen nombre?

Parece que los clientes sólo busca lo barato, pero no es así. Cuando te dicen que eres caro te dicen que no te conocen, que no conocen tu respuesta en los momentos difíciles. Muchos lo malinterpretan y luego tiran sus precios. Entonces no les queda otra que ofrecer un mal servicio por ese precio. Un círculo vicioso del que nunca salen. Pero no caigas en esa tentación, da siempre lo mejor. Aunque empieces cobrando poco. No juegues con tu nombre. Los que cuidan su marca saben que con la buena reputación pocas bromas. Al principio cuesta pero lo recuperarás más tarde con menor esfuerzo y diez veces las ganancias. Serás el asesor con lista de espera, el autor cuyos libros son automáticamente un éxito o el ejecutivo por el que se pelean las compañías.

Resultados = Nombre = Dinero de por vida

La gente se siente insegura en su trabajo y se queja. Se queja mucho. Pero sabe que en el fondo no aporta valor a sus clientes ni compañeros. El menor

esfuerzo posible, por si acaso. Algunos, más inteligentes, saben que aumentando su contribución y conocimientos no temerían un despido o quedarse sin dinero, pero tampoco están dispuestos. Mejor la pataleta que esforzarse.

¿Vas a hacer lo mismo o vas darlo todo para ganar a lo grande a medio-largo plazo? ¿Vas a quejarte o vas a construirte una marca personal sólida? No caigas nunca en la trampa de quejarte y culpara a otros porque todo está en ti. Llegarás a lo más alto si das más. Tan sencillo como eso.

Tus recompensas financieras irán en proporción a lo que ayudes a otros

En una economía libre el cliente manda, es su dinero y pagará más por un buen resultado. Y tenlo claro, a tus clientes solo les interesa una cosa: ellos mismos. ¿De qué te preocupas tú cuando compras algo? ¿De ti o de la empresa que te vende? Piensa sólo en tus clientes y se decidirán por ti. No cometas el error de pensar en lo bueno que eres tú y tus productos. Piensa, ¿qué es lo que de verdad quiere mi cliente? ¿Servicio postventa, consejos de calidad, más puntos de distribución, entrega rápida...?

Lo primero es tu cliente y lo segundo y tercero también. Si eso va bien el resto va bien. Ganarás dinero muy rápido si te enfocas en lo que ÉL quiere. Así lo retendrás a largo plazo y te perdonará errores. Y los ingresos no pararán, clink, clink, clink…

Tu plan para beneficiarte de la fama del más eficaz

Si quieres la marca del más eficaz, trabajarás siempre que trabajes. Eliminarás las “interrupciones” y te dedicarás ¡sólo! a tareas de alto valor. Competirás contra ti mismo, buscando la excelencia total. Así llamarás la atención. Y no estarás cansado por trabajar más, al contrario, tendrás ganas de hacer más cosas todavía. Si además te unes a los dos o tres más eficaces de tu organización crecerás todavía más. Dos meses a tu mejor ritmo y te respetarán como los mejores. Nuevas responsabilidades y promociones a tu alcance.

Y si no te valoran cambia de organización, a la siguiente intentona seguro que lo consigues. Porque recuerda: si haces las cosas bien tendrás un aura que percibirán instintivamente los demás. (Ojo también con la gente que dice “que no la valoran”, porque quizás no la valoran nunca. Si en más de dos organizaciones “no la valoran” es sospechoso. Y lo notarás en su aura.)

MISIÓN 16

Con una marca personal poderosa el dinero te llegará en grandes cantidades. Y tienes una ventaja para eso: que la mayoría de gente es vaga, muy vaga. Sólo harán lo necesario para no ganarse una bronca o ser despedidos. No entienden el concepto de marca personal. Sólo intentarán aferrarse a un trabajo de por vida haciendo lo justo y se engañarán pensando que un empleo es para siempre. Pero en el siglo XXI ya no es así.
Así que proponte crear tu marca con estas dos estrategias.
1- Determina qué parte de tu trabajo favorece más a tu compañía y concéntrate el próximo mes sólo en ella. Notarás mejoras la primera semana.
2- Identifica qué cualidad valoran tus clientes, tanto si trabajas a sueldo como si tienes un negocio propio. Haz un plan a corto plazo para mejorar esa cualidad.

17
Tu misión, lo que te dará más que el dinero y la fama

Encuentra tu misión. Algo grande.

Una misión personal te dará alas. Energía al levantarte por las mañanas y ganas de comerte el mundo. Con una misión personal se acabarán las dudas porque sabrás siempre qué elegir. Y el universo pondrá todas las oportunidades a tus pies. Pero primero encuentra tu misión, necesitas dar sentido a tu vida.

¿Cuál es tu gran sueño?
¿Qué te gustaría mejorar?
¿Qué huella quieres dejar?
¿A qué te dedicarías en cuerpo y alma si supieras que no fallarías?
Pues esa es tu misión.

Mientras la mayoría dice “No se puede” los líderes dicen “Sí se puede”. No se limitan. Tienen una misión. Miles de personas llegaron lejos sin educación ni dinero gracias a su misión. Nada les frenó. Y tú también la perseguirás pase lo que pase, serás el héroe de la película. Con una misión clara tus objetivos personales y de trabajo saldrán solos. Todo fluirá.

La clave para encontrar tu misión

Tu misión tiene cambiar la vida de los demás a mejor. Los grandes inventos son los que mejoraron la situación de otras personas. Necesitas marcar una diferencia en la vida de otros. Necesitas dejar huella. Necesitas ayudar. Porque sólo ayudando a los demás te ayudarás a ti mismo.

Los grandes logros fueron para los que tuvieron una misión que incluía mejorar la vida de otros, no para los que buscaron dinero y fama.

MISIÓN 17

Muchos tienen objetivos difusos. Nunca terminan de decidir su gran meta.
Pero es fácil, tu gran misión aparece cuando decides mejorar la vida de otros.
Con esta idea vuelve a repasar tu lista de objetivos y encontrarás tu misión.

18
El secreto para que sigas joven

Ramón Vera, unos días después de recibir un reloj de oro y una palmadita en la espalda por su jubilación obligatoria a los 65 años (algo ridículamente arbitrario), empezó con desastrosos cambios de salud. Estaba deprimido tras su jubilación forzosa y envejeció treinta años de golpe. Murió cuatro meses después de un ataque cardiaco. Otro amigo suyo padeció cáncer y muchos otros empezaron con dolencias físicas y mentales. Les dijeron que eran viejos y se lo creyeron. Es la típica historia de los jubilados occidentales. ¿Quieres que se repita?

No tiene sentido que un día antes de cumplir 65 años, alguien que aporta valor a la sociedad esté bien y al día siguiente se hunda porque *depende* de la sociedad. No es lógico que las enfermedades dos meses después de la jubilación estadísticamente se disparen. ¿Antes de jubilarse eran saludables y luego caen en picado? No. Se condenan a una muerte prematura por *creer* que no sirven. Es algo mental. Porque también hay personas de 80 y 90 años que corren, levantan pesas y son los mejor pagados expertos. (Pero se habla poco de ellos porque no entran en el pensamiento oficial de que la edad es mala). No tienen miedo a la vejez y no envejecen. Ni cáncer ni ataques cardiacos. Igual que tú cuando descubras cómo cambiar tu edad mental.

Es tu pensamiento quien manda en tus células

Sólo la creencia heredada de que tu cuerpo se gasta con el tiempo y de que envejeceremos sufriendo crea el fenómeno biológico de envejecer. Nuestras células se renuevan cada pocos meses y el cuerpo que tienes ahora es distinto al de hace un año. Es tu pensamiento el que da forma a esas células y decide si están viejas o no. Las células de Jaime Estoyatope lleno de entusiasmo, son las mismas que las de Daniel Mehagoviejo, deprimido y ojeroso. Pero uno da la orden de estar bien y el otro dice me rindo.

EL ESTUDIO DE VAILLANT

Desde mediados del Siglo XX al ver que la esperanza de vida aumentaba se hicieron varios estudios de salud. El pistoletazo de salida fue el del norteamericano Vaillant que tomó una muestra de jóvenes sanos y los encasilló según su reacción al estrés y su tendencia al pesimismo. Un 35% de los que tenían tendencia a ser negativos murieron de enfermedades graves entre los 50 y 60. De los positivos sólo un 2% murió joven.

Fue la primera conclusión oficial, ahora cada vez más aceptada, de que el envejecimiento se retarda con una buena salud mental y se acelera con una mala actitud. Los que cultivan el germen de que todo es malo, lo pagan con ataques de corazón, hipertensión y cáncer.

Si crees que no puedes pensar o moverte como antes, te consumirás. Pero si crees que vas a estar en forma, automáticamente lo estarás. Puedes ser tan joven como el primer día. Si la gente trabajara su mente en vez de llenarse de pastillas todo cambiaría. Los clichés tipo "es la edad", “estoy viejo” o “los años no pasan en balde” son mortales. Ni los pronuncies. Sino se colarán sutilmente y se adueñarán de tu entusiasmo. Hazles frente: "Estoy en forma y lo estaré muchos años."

Con los avances de hoy tus posibilidades son ilimitadas. La gente vivía menos en el pasado por trabajo excesivo, hambre o epidemias incontrolables. (Fíjate en los retratos de principios de siglo y veras a personas con 30 años totalmente consumidas como si fueran a morir. Gente con veinte años que parecía tener ochenta.) Pero las condiciones han mejorado. Aprovéchalo y añade objetivos a tu vida. La felicidad es tener objetivos y hacer algo por ellos. Mientras tengas esa ilusión, tu mente se encargará de que dures muchos años.

Conozco nonagenarios que dan envidia. Donjuanes, escritores y autoridades en política internacional que vivirán todavía varios años más. Dan verdadera envidia. Su magnetismo te deja fuera de juego. Se cuidan y evitan los fármacos. Y su fuerza vital les hace levantarse todas las mañanas con ganas de vivir.

¿Sabes quienes sobreviven siempre a las situaciones difíciles?

Mira en los diarios y verás que la historia se repite: un grupo de personas se pierde en las montañas, naufraga o les sobreviene una catástrofe. ¿Quienes mueren primero? Los jóvenes.

Los mayores son capaces de sobrevivir durante semanas. Sobreviven perdidos en la nieve, en una balsa en el mar o en un campo de concentración. Ya tienen la experiencia de haber superado situaciones difíciles. En cambio los jóvenes creen que van a morir y automáticamente mueren. Todo es mental. Si crees que vas a vivir más vivirás más y si piensas lo contrario también será cierto.

Tus 3 edades

Una pregunta tan sencilla como "¿Qué edad tienes?" no es tan sencilla. Porque hay tres maneras diferentes de medir la edad. No es hacer cuentas con un calendario. Tienes estas 3 edades:
-Tu edad cronológica: Los años que dices cuando te preguntan la edad. Pura matemática.
-Tu edad biológica: La edad REAL de tu cuerpo según tu vitalidad y procesos celulares.
-Tu edad psicológica: La edad que sientes.

La edad que dices tener cuando te preguntan es la menos importante, esa edad cronológica es rígida y poco fiable. Una persona de 55 años puede estar tan sana como cuando tenía 20 y otra de 55 puede tener un cuerpo de 80 años y una manera de pensar abocada al desastre. Seguro que conoces casos. Por eso tu edad real es la biológica. La que dice cómo el tiempo influyó en tus órganos comparada con los de tu misma edad cronológica.

Y ahora viene lo bueno: conseguirás la edad biológica que quieras si primero eliges tu psicológica. Pero tienes que elegirla tú, no los demás. Si quieres sentirte joven, tu cuerpo cambiará y se hará joven. Puedes revertir tu edad biológica si te ves como un veinteañero o treintañero y decides vivir muchos años. Entonces harás ejercicio y te sentirás bien. Pensarás con vitalidad y te transformarás. Comerás sano y tu cuerpo sanará. Entonces tu nivel de azúcar, tu presión sanguínea, tu grasa, tu masa muscular y tu actividad cerebral serán

como la de alguien de veinte años.

Los científicos especializados en envejecimiento demuestran que si un anciano adopta un nuevo estilo de vida con hábitos sanos y pensando en positivo, su expectativa de vida aumentará fácilmente de 10 a 30 años. ¿Qué pasa si empiezas con este cambio de hábitos a los 50? ¿O a los 40? Que la flecha del tiempo no sólo dejará de avanzar sino que se dará la vuelta. Y tu cuerpo se volverá biológicamente más joven. La edad psicológica es tu herramienta para mantenerte joven. La puedes personalizar a tu antojo para contagiar tu edad biológica.

La clave para mantenerte joven

Si no lees ni quieres "complicarte pensando" se te atrofiará el cerebro. Y si pospones el deporte, te quedarás sin físico. (Un paciente hospitalizado que tiene que reposar completamente pierde la mitad de su masa muscular en cuatro semanas). Pero si te obligas a llevar cargas reforzarás tus huesos y músculos (la osteoporosis no existe en sociedades de gran actividad física). Y si lees y juegas regenerarás tu mente y te harás más listo. Tu cuerpo mejorará cuanto más lo utilices.

Cuando entrevistan a personas que cumplieron más de 100 años siempre responden que prefirieron jugar a estar sin hacer nada, subir escaleras a utilizar el ascensor, y seguir leyendo y pensando en busca de soluciones en vez lamentarse. Y por supuesto no vieron sentido a sentarse en un banco por las tardes como hacía la mayoría tras la jubilación. Su edad psicológica transformó su cuerpo. ¿Para qué decirse que todo se había acabado si podían darle la vuelta?

Si activas tu cuerpo y mente te volverás inmune a cualquier mal. Jugando al ajedrez te volverás más inteligente y haciendo ejercicio revolucionarás tu físico. ¡Tengas la edad que tengas! Es un mito que los genes son buenos o malos. Ellos no deciden si alargan o acortan tu vida.

Eres mucho más que un cuerpo y una fecha en un calendario. Puedes tener 20 años y vivir como un "anciano". Pero también puedes tener 70 años y estar física y mentalmente con los niveles biológicos de un joven de 18, con toda la vitalidad, lucidez y movilidad del mundo. Si algunos lo consiguen es por

algo. Así que olvida tu edad "oficial". Tu edad la decides tú. Si te propones vivir muchísimo, automáticamente llevarás un estilo de vida saludable que retrasará tu envejecimiento 20, 30 o 50 años.

MISIÓN 18

Fácil, muy fácil, repite todos los días al levantarte: "Soy joven y viviré muchos años." Te conviertes en lo que piensas.

DÍA 7
19
Estás a un milímetro de tu mayor triunfo

Sólo tienes que tener éxito la última vez

El éxito se consigue dando un paso más donde otros se rinden. Se persistente. Estás a un paso de tu mayor triunfo. La gente no fracasa por falta de oportunidades, fracasa porque no persiste.

El éxito es predecible. Los que lo han conseguido conocen la fórmula: persistir. El estilo de vida que quieres llegará si persistes. Pero antes el universo tiene que comprobar si tienes verdadero deseo de ganar. Así que decide no rendirte NUNCA hasta que consigas tus metas. Cada vez que persistes te vuelves más fuerte y potencias otras habilidades. Cada vez que persistes atraes la gente de calidad y llegan las buenas oportunidades. Cada vez que persistes te admiran por tu tenacidad. Y sobre todo, cada vez que persistes llegan los resultados. El universo te devuelve multiplicado lo que has dado.

Pero vigila: a menudo tu mayor fracaso estará a un milímetro de tu mayor éxito. No te rindas. Aunque parezca el derrumbe absoluto de tu proyecto, ese último tropiezo será la pieza faltante para tu gran objetivo. Si insistes con otro intento lo conseguirás.

¿Por qué abandona la mayoría?

Me río cuando alguien ve un logro y dice que a él también lo quiere. De las horas previas de sacrificio ni una palabra. Se tapa los oídos cuando le hablan sobre los días previos de sacrificio sin premio. No sabe que

cualquier gran triunfo necesita días y meses de preparación. No sabe que los resultados llegan al final, en el último momento. Y abandonan demasiado pronto creyendo que "no tiene suerte".

El proceso para convertirte en alguien imparable

El que la sigue la consigue. Aunque fracases en los primeros intentos tú seguirás en primera línea. Cambiarás cosas pero seguirás intentándolo. Se trata de intentarlo y fallar. De volver a intentarlo y fallar. Ese es el proceso. Por ahí pasan TODOS los que tienen éxito. Porque aunque te caigas mil veces, sólo recordarán tu éxito final.

Los grandes avances de la historia fueron la suma de varios fracasos. Antes de cada acierto hubo ensayos erróneos. Edison reconoció que tuvo miles de fracasos hasta dar con la bombilla. A ese famoso actor le rechazaron en decenas de papeles, pero fue perfeccionándose hasta que logró aquella actuación magistral. El que montó esa multinacional cometió cientos de errores hasta encontrar el mercado y el producto perfecto. Pero todos persistieron y apuntaron lo que hicieron mal hasta dar con el patrón.

Pero ojo, no confundas persistencia con obstinación, que es cometer el mismo error varias veces. La persistencia es ser flexible probando diferentes cosas. La obstinación es empeñarse en hacer algo de la misma manera cuando está demostrado que no funciona.

Un truco: piensa en que tu éxito está garantizado

Asume que vas a tener éxito. Cada dificultad es una ayuda para llegar antes, una pista para elegir un nuevo camino más rápido. Los obstáculos juegan a tu favor porque te dicen cómo NO tienes que hacer algo. Los errores son tus aliados porque te indican el nuevo camino. Te guían directo al éxito. Repasa tu situación: ¿Qué hiciste bien? ¿Qué hiciste mal? Analiza tus movimientos y llegarás antes. Todo lo que aprendas de los impedimentos es oro.

Si te convences que tu éxito está garantizado extraerás diamantes de cada situación. Cuando monté mi propio negocio tropecé mil veces, pero analicé cada tropiezo y así construí mi mapa. Así encontré el patrón para cada situación y avancé más rápido. Lo mismo que tú si registras mentalmente lo

que has hecho bien y lo que puedes cambiar. Y enseña esto a tus colaboradores. Predica con el ejemplo para contagiarles. Así te llevarán en volandas a tu meta. Irás más rápido que preocupándote sólo de ti.

Es imposible que no lo consigas si persistes

La solución a TODOS tus problemas es persistir. Establece una meta y lánzate. Se desatará una tormenta y aparecerán reveses por todos los lados, la primera criba, ahí caerá la mayoría. Pero tú seguirás. Surgirán nuevas resistencias. Pero tú seguirás. Cada vez más sólo. Pero cada vez con más fuerza.

Agradece las dificultades porque significa que vas bien y estás eliminando competencia por el camino. Las tormentas son un regalo para saber más y hacerte resistente. ¡Sino cualquiera podría! Así que alégrate ante una dificultad porque te estás fortaleciendo y adelantando al resto. La sola sensación de persistir te hará sentir bien. Y los éxitos estarán al caer.

¡Persistencia! Mientras si sigues en marcha tienes el éxito asegurado.

MISIÓN 19

"Nunca me rendiré." Conviértelo en tu lema.

20
La ventaja que sacarás al resto (aunque seas un principiante)

Cómo me salvé del fracaso leyendo

Reconozco que antes sólo me preocupaba divertirme. Leer era demasiado "serio". Hasta que vi que no podía vivir la vida que buscaba sin saber más. Entonces descubrí la lectura. A los veintisiete años. Podría haber sido antes, pero mi historia no es la de "ya de niño…"

¿Empecé tarde? Quizás. Pero hasta hoy no he parado. Y no sé que hubiera sido de mí sin la lectura. No hubiera conseguido ni la décima parte. Por eso te animo a ti. Nunca es tarde para empezar. Tienes en los libros todo lo necesario para llegar lejos, y ahí incluyo Internet, cursos o audios. Desde la nada llegarás a dónde quieras si te formas. ¿Cuántos negocios billonarios surgieron de cero gracias a la lectura? ¿Cuántos descubrimientos? Te sorprenderías de lo que gente corriente puede conseguir con un libro en pocos meses.

Si lees no tendrás límites. Sólo tienes que saber lo que quieres y lanzarte. Entonces será inevitable alcanzar tus objetivos. Todos los grandes conseguidores son lectores empedernidos. Observa al que llega lejos y verás que detrás hay un lector.

La era de la información te hará valer millones

El conocimiento se expande increíblemente. Lo información que se producía en diez años del siglo XX ahora surge en dos. Unos pocos meses de hoy empiezan a ser varios años de antes. Si naufragaras en una isla desierta medio año tendrías mucho que recuperar a la vuelta.

Estamos en la época del conocimiento, hay más trabajos procesando

información, que en cualquier otro sector. Con el boom de Internet a finales del siglo XX pasamos de la era industrial a la era de la información. La industria más grande del mundo es la de los datos e ideas. Tras miles de años de agricultura pasamos a un siglo industrial y ahora a la era de la información. De la fuerza bruta a crear ideas. La tecnología vuela, antes se necesitaba un siglo para doblar la información pero ahora los ordenadores doblan su potencia cada dos años y la información se multiplica. ¿Cómo puedes beneficiarte de esto? Te beneficiarás entendiendo que saber más es la clave.

Esto va rápido y si tienes el conocimiento tienes el poder. Muchos se resisten, pero si lo ves como una oportunidad ganarás cifras millonarias. Así que exprime a Internet y las nuevas tecnologías. No puedes pararte, todo va demasiado rápido. La carrera empieza por la mañana con cientos de informaciones por Internet y sigue de día con continuos avances. El que se niegue a esta forma de vida morirá mentalmente. Pero puedes ganar si te aprovechas. Formándote te pondrás en cabeza. ¡No sólo no temerás el cambio sino que desearás más innovaciones para separarte del resto y ganar aún más!

Los bienes materiales se deprecian, pero el conocimiento siempre se aprecia

Los bienes materiales no valen nada. Un coche pierde un 30% de su valor al salir del concesionario, la ropa pierde todo su valor en unos meses y la maquinaría se deprecia a cero en pocos años como reflejan las leyes contables. Pero con el conocimiento ocurre al revés. El conocimiento cada vez vale más.

Lo que sabes se puede combinar para generar más ideas y soluciones. Y por eso te pagarán mucho. Puedes perder todo tu dinero y posesiones, pero recuperarás esa casa y ese dinero en nada si tienes conocimientos. Las ideas no se pueden robar. Si de aquí a un año te esfuerzas en formarte y aumentar lo que sabes valdrás un millón de dólares y no bajar nunca de valor. No necesitas casas o coches para ser millonario, sólo necesitas a tu mente. Y te aseguro que los que mueven el mundo verán lo que sabes y te pagarán muy bien por ello. Bienvenido a su club.

Mientras la mayoría se lamenta y echa la culpa al gobierno o a la

competencia, tú seguirás mejorando y refinando procesos gracias a la lectura. Mientras unos pidan subvenciones, tú avanzarás. Sólo sobreviven los mejores. Y serás de los mejores si lees. Leyendo sacarás una ventaja inmensa al resto. La mayoría no tiene fuerza de voluntad para leer y así sigue en su mísera vida. Industrias enteras quedan obsoletas porque sus responsables se niegan a formarse. Justifican la crisis echando la culpa a los nuevos consumidores, a la competencia asiática o a mil estupideces, pero la verdad es que no siguieron aprendiendo y se quedaron atrás. En cambio tú seguirás ganando conocimientos. Todo previsto. Siempre con los mejores datos e ideas en tu afán por renovarte. Cualquier tendencia, cualquier cambio político y cualquier movimiento será una ventaja porque lo tendrás todo analizando y listo en tu Plan B.

Cómo no quedarte nunca obsoleto

Dirán que es imposible mantenerse al día con los cambios. Mentira. No sólo es posible sino que es fácil si dedicas un tiempo diario a formarte. Hay cientos de cursos, audios o videos que te darán todo lo que necesites a golpe de click. Sabrás como manejar ese programa, abrir cerraduras o dominar cualquier filosofía. Sólo pregúntate "¿En qué tengo que ser bueno para ser el número uno?" y automáticamente aparecerán los libros, audios o videos para lograrlo en poco tiempo.

Los cambios y las nuevas tecnologías son tu aliado, tu mejor amigo. Si les dejas entrar te harán un campeón. Si ese software o ese PC te asustan, invierte diez minutos, ¡sólo diez minutos!, en ver cómo se usa y al día siguiente tendrás una ventaja enorme frente al 98% que nunca hará nada. Si esa nueva forma de distribuir tus productos es tu competencia, estúdiala unos minutos y empieza distribuyendo el 10% de tus productos con ese nuevo formato. Si ese nuevo nicho de mercado donde ves posibilidades te impone, invierte diez minutos al día en investigarlo. Ganarás siempre formándote en lo nuevo. Valen unos pocos minutos, el resto irá por pura inercia. Todo te favorecerá si cada día aprendes algo nuevo.

Cada novedad es una posibilidad. Cada error probando una lección equivalente a una carrera universitaria. Seguro que los rapidísimos cambios de hoy te imponen, es normal, pero si subes a la ola en vez de combatirla el

gran beneficiado serás tú. Es más fácil de lo que piensas. Y con esas nuevas habilidades y la confianza de que nada puede contigo te distanciarás todavía más de la gran mayoría.

Alégrate y sonríe: ¿Qué está cambiando? ¿Qué nuevos productos se demandan? ¿Qué nuevos trabajos tienen posibilidades? Pierde el miedo a lo nuevo. Siempre habrá cambios, pero a partir de ahora serán a tu favor.

Cuidado con la trampa de la mala información, sigue esta estrategia

Ojo: sólo la información aplicable tiene valor. El conocimiento no es poder, el conocimiento aplicable es poder. ¿O no recuerdas cuánto tiempo perdiste estudiando algo que no te sirvió?

¿Para qué invertir en algo que no vas a utilizar? Tienes que separar el conocimiento valioso del que nunca aplicarás. Hay toneladas de información que enseñan en universidades y colegios sin utilidad en la vida real. Seguro que hoy lamentas haber estudiado cosas que no utilizas. La mayoría de graduados se desespera porque tras años de estudios nada les sirve. Acaban en un trabajo que odian y luego llegan las frustraciones. Por eso tienes que formarte sobre cosas útiles. Puedes leer a los clásicos, por supuesto, pero selecciona cuales te servirán. Puedes hacer cursos de informática, pero selecciona cuales necesitas. Puedes escuchar audios de gestión, pero selecciona cuales te servirán más que otros.

Sigue siempre esta estrategia: fórmate sólo en lo que te sirva <u>en ese momento</u>. Yo tengo un montón de material pendiente para leer y mi elección siempre es lanzarme a lo que esos días tiene mayor utilidad. Haz lo mismo. Valora el conocimiento según lo que te beneficie en esos días. Hay toneladas de ideas en libros, cursos de calidad, pero elige lo que te sirva hoy. Así siempre tendrás ganas de formarte y leer. Y así llegaran los beneficios mucho antes.

MISIÓN 20

Programa tu formación. No esperes a tener tiempo, roba tú ese tiempo a otras

actividades. No es negociable.
1. Formación "fondo de armario":
Aparta una hora todos los días para leer (vale también formación con audios o videos). Será algo sagrado. Fija la misma hora todos los días y practica durante 3 semanas hasta conseguir el hábito. No imaginas la de consejos, atajos y estrategias que ganarás leyendo. Tu vida se revolucionará. No querrás dejarlo nunca.

2. Formación "alternativa" (igual de importante):
Programa cinco minutos diarios (¡Sí, sólo cinco!) para probar ese programa nuevo, para investigar esa web que te facilitará el trabajo, para practicar esa nueva técnica de gestión del tiempo, para leer ese artículo que encontraste de casualidad y que te explica cómo resolver ese reto, para hojear esa revista técnica, para hacer un cambio en un producto o simplemente para pensar que puedes hacer distinto. Sólo esos cinco minutos diarios darán la vuelta a tus resultados.

21
La clave para que siempre te ocurra lo bueno

Por qué los obstáculos te ayudarán

Ese entrenador de futbol tan laureado, ese actor y ese emprendedor lo confiesan: los errores les ayudan. Fíjate en las entrevistas de gente con éxito y verás entre líneas que siguen la filosofía de que cada obstáculo esconde una ventaja aún mayor.

Cuando empieces un proyecto decisivo piensa en el final feliz: tendrás la financiación necesaria, conseguirás miles de clientes y por el camino conocerás a los mejores en tu campo. Si piensas así eso será lo que atraerás. Y cuando llegue el inevitable tropiezo te levantarás rápido. Ni lo notarás. Será una lección genial, más eficaz (y barata) que años de carreras universitarias. Los errores son información impagable de cómo hacerlo rápido y bien.

Puedes ver oscuridad o estrellas. Puedes ver tráfico o dinamismo. Puedes ver la botella medio vacía o medio llena. Eres lo que piensas. El mundo es tal y como lo quieres ver. Todos los filósofos a través de la historia sacaron la misma conclusión: lo que piensas se convierte en realidad,

¡Perfecto entonces! Los resultados serán los que tú quieras que sean. Aprovéchate. Si crees que tendrás éxito, lo tendrás. Conseguirás lo que piensas. Si crees que todo lo que te ocurre es bueno y que incluso los tropiezos te sirven para prosperar, esa será la realidad. Es la historia de dos vendedores de zapatos que van a otro país a abrir mercado. El primero abandona y se vuelve porque todos van descalzos. Pero el segundo se queda y pide que le manden todas las existencias… porque todos van descalzos.

La única profecía que siempre se cumple

¿Cuánta gente pierde su vida por no creerse lista o creativa? ¿Cuántos viven cegados por límites imaginarios? ¿Cuántos viven una película sin final feliz porque no creen en el final feliz?

Los límites están en tu mente, no fuera. Sólo tus pensamientos frenan tus enormes posibilidades. Tus pensamientos son una profecía que se cumple. Si esperas lo mejor, te ocurrirá lo mejor y si esperas lo peor te ocurrirá lo peor. Si esperas un mal empleo y conformarte con un estilo de vida gris eso es lo que tendrás. ¿No te pasó aquella vez que acabo pasando lo que temías? ¿Y no te pasó en otra ocasión que pensaste en positivo y te ocurrió lo mejor? "Tanto si crees que puedes como si crees que no puedes, en ambos casos tienes razón", decía Henry Ford. Así que se practico, cambia tu mente y piensa en positivo, en que lo vas a conseguir, en que lo bueno te espera. Tus creencias crearán expectativas, esas expectativas crearán tu comportamiento y ese comportamiento generará oportunidades.

Si deseas algo intensamente lo conseguirás. Por eso tú único trabajo a partir de ahora será pensar en tus objetivos. El mundo se pondrá a tus pies si buscas oportunidades. Si das lo mejor, obtendrás lo mejor. Si piensas sistemáticamente que lo vas a conseguir, lo conseguirás.

Dos preguntas de mañana que cambiarán tu día

¿Cuándo es el mejor momento para conseguir una venta? Los vendedores lo saben: justo cuando acaban de cerrar una. Porque en ese momento saben que es posible, tienen la prueba. ¡Y esto tiene un poder increíble en tu vida! Sólo tienes que pensar que es posible. Así que en cuanto algo te salga aprovecha la inercia. Cuándo consigas un miniobjetivo vete a por el siguiente, sin parar. Todo está en la mente, con confianza de que van a salir tus planes conseguirás todo.

En cambio los pensamientos negativos te comerán. Vigila lo malo que quiere colarse y elimínalo de raíz. A partir de ahora en cada experiencia vas a ganar y tus tropiezos sólo serán valiosas lecciones que te harán más listo y más fuerte. Construye tu fortaleza mental empezando las mañanas con estas dos preguntas:

1. “¿De qué me siento orgulloso en mi vida?”
Esto te dará la base para ver que todo es posible.
2. "¿Qué objetivos me ilusionan?"
Ahora tendrás la gasolina para estar con la moral arriba todo el día.

La manera directa de tener suerte

Tener suerte no es difícil. Sólo tienes que pensar en positivo, si imaginas que atraerás las mejores personas y oportunidades, automáticamente lo conseguirás. Pero si hablas de lo que no te gusta, de lo malo y de tus resentimientos eso es lo que tendrás.

El universo está ahí para que tomes lo que quieras. No distingue entre personas. Él reacciona según lo que esperas. Si no esperas nada no te dará nada, pero si esperas mucho te dará mucho. ¿A que les va mucho mejor a los que sólo hablan de lo bueno? ¿A que a ese eterno pesimista siempre le salen las cosas mal?

La mejor estrategia es pensar en lo que estás satisfecho y en tus metas. Disciplínate para borrar lo que no te gusta. ¡Disciplínate! Mente de hierro para eliminar pensamientos negativos. Tu futuro depende de ello.

El mundo avanza muy rápido… ¡perfecto!

¡Pero es que todo va muy rápido! Genial. El mundo vuela y con el boom de las comunicaciones cada día es una revolución. Muchos se asustan, pero si lo ves como una oportunidad ganarás. Gracias a las nuevas tecnologías podrás ganar dinero en un negocio que les apasione. A tu disposición la información para conseguir la habilidad social que buscan o el dato que acelere su vida. La información se ha democratizado. Si eres flexible y pruebas las nuevas aplicaciones de comunicación, lo que sabrás de aquí a medio año no tendrá precio. Y el impacto en tu productividad tampoco.

Haz la prueba: busca un blog sobre tecnología e Internet y proponte seguirlo cinco minutos cada día. Te aseguro que esos cinco minutos diarios te darán dentro de seis meses una base tecnológica que te ahorrarán muchísimo tiempo. Dónde antes perdías horas ahora las ganarás gracias a esa aplicación de móvil o a ese programa. Ahora llegarás a tus clientes más rápido, ahora

tomarás mejores decisiones con mejores datos y ahora ganarás más.

Con una mentalidad positiva, las oportunidades de hoy día son impagables. La mayoría se agobia porque todo va rápido, sobreabundancia de información y más cambios... ¡Pero sólo son oportunidades! Cada día surge una oportunidad de oro que aprovecharás para acelerar tus planes. Para la mayoría será un fastidioso cambio, para ti ventajas. No dejes escapar la edad dorada del conocimiento. Si te lanzas a los cambios tecnológicos y sociales montarás proyectos a coste cero.

Recuerda: todo te favorece. Si eliges grandes metas, conseguirás grandes metas. No dependes de nadie. Como dijo Ralph Waldo Emerson: "Nos convertimos en lo que pensamos". No te lamentes. No te quejes. No critiques. Todo está a tu favor.

A continuación un fragmento de mi libro "Coaching Personal Hecho Simple" que te ayudará siempre:

El momento en que todo cambia (La Ley del control)

Todo cambia cuando decides estar en control de tu vida. Y fíjate que digo "decides". Porque no controlarás tu vida hasta que tomes una decisión. Sólo tendrás el poder cuando digas "Ahora mando yo". Entonces todo cambiará.

Quizás ahora te crees con poca capacidad para dirigir tu vida. Quizás te sientes controlado por un jefe déspota y no puedes irte de tu trabajo porque necesitas el dinero. Te creas ansiedad, rindes todavía menos y tu jefe difícil es aún más difícil.

O quizás te sientes controlado por una personalidad débil. "Soy así", y con eso te absuelves de toda responsabilidad para disciplinarte a cambiar.

O te sientes controlado por facturas, deudas y gastos excesivos debido a un nivel de vida que no puedes mantener.
O te sientes controlado por una relación de la que no puedes escapar.
O limitado por una mala condición física.
O una formación deficiente.
O una infancia difícil.

Pero fíjate bien, en todos los casos estás aceptando que controlan los de

fuera, que tú no puedes hacer nada. En el fondo dices que son ellos los que tienen cambiar.

Error.

Sólo tú tomas las decisiones de cómo te sientes y a dónde quieres ir. Si hay algo en tu vida que no te hace feliz lo puedes cambiar. Porque en cuanto dices que todo está en tu mano ocurre una cosa: que todo está en tu mano. El poder llega cuando decides que cambiar está dentro de ti.

Tras sesenta años de investigación y cientos de libros publicados, los expertos coinciden por fin en que la infelicidad ataca cuando te sientes controlado por circunstancias externas. Cuando crees que no tienes poder sobre ti. Pero hace tres mil años se llegó a la misma conclusión.

Hay un proverbio que cuenta la historia de un joven idealista que quería cambiar el mundo por toda la violencia e injusticia que veía. Y pidió: "Señor, dame fuerza para cambiar el mundo".

Pero de mayor vio que el mundo seguía igual y frustrado cambió su deseo: "Señor, dame fuerza para cambiar a mi familia y a mis amigos cercanos."

Ya de anciano se dio cuenta de lo ingenuo y arrogante que fue tratando de cambiar a los demás y por fin pidió:
"'Señor, dame la fuerza para cambiar yo."

Todos quieren mejorar sus circunstancias, pero nadie quiere mejorarse a sí mismo.
Si quieres conseguir algo tienes que hacer sacrificios personales. Necesitas autodisciplina para dar lo mejor de ti y beneficiarte de todo lo que llevas dentro. No puedes desaprovechar tu verdadero potencial. Y la buena noticia es, que esos sacrificios personales serán mucho más fáciles de lo que crees cuando has dado un primer paso.
Tienes más poder del que crees. No sólo para dejar que no te afecte el exterior, sino para ser tú el exterior. Puedes darle la vuelta a tu vida si decides por ti mismo siempre. Para ser tú el que mande. Decidir que a partir de ahora todo está en tu poder te transformará lo que no imaginas. De la misma te sentirás confiado y conseguirás tus metas. Y sólo habrás empezado.

Tu poder se multiplicará por diez. Y no sólo el poder para mejorar tu vida sino la de una legión de seguidores.

MISIÓN 21

Piensa en algo bueno que hayas conseguido en los últimos cinco años. ¿A que antes de tenerlo lo viste claro en tu cabeza? Pues haz lo mismo con tus nuevos objetivos. Visualiza que los vas a conseguir. "Tengo unas habilidades increíbles y soy tan creativo como quiera." Disciplínate a pensar los próximos siete días en positivo y en dos semanas llegarán los resultados.

Tu Regalo GRATIS

Por confiar en mí, te ofrezco gratis este Report:

"Las 3 Claves Para Llegar Lejos".

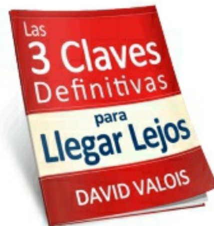
Son los 3 secretos que sigue la gente con éxito. (Y no es nada de lo que te dijeron).

Sé que intentas tener éxito y no es fácil. No sabes que cambiar para ganar más dinero, tener mejores relaciones y conseguir una salud increíble.

Pero con "Las 3 Claves Para Llegar Lejos" descubrirás el método rápido para tener éxito en tu carrera y vida personal.

No creerán en ti pero cuando descubras estas 3 claves...

Descárgalo Aquí.



Gracias

Antes de que te vayas, quiero decirte "Gracias por comprar mi libro."

Sé que podías haber elegido docenas de libros, pero lo intentaste con mi sistema.

Ahora sólo quiero pedirte un *pequeño* favor. Apartar un minuto y dejar un testimonio de mi libro en Amazon.

Testimonio Amazon

Me encantaría oír tu opinión.

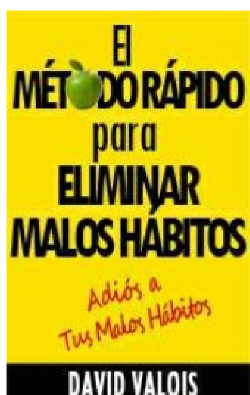
El boca a boca es crucial para cualquier autor. Si tienes un momento te lo agradecería mucho.

¡Gracias!

Más Libros de David Valois



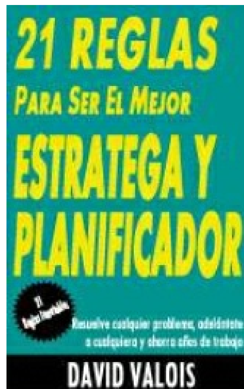
Gestión del Tiempo: TODO Lo Que Hay Que Saber.
http://amzn.to/1b86suA



El Método Rápido para Eliminar tus Malos Hábitos
http://amzn.to/1itjZNS



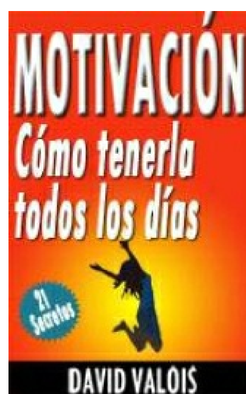
17 Maneras (que nunca te dijeron) Para Conseguir AUTODISCIPLINA
http://amzn.to/1d5zGtW



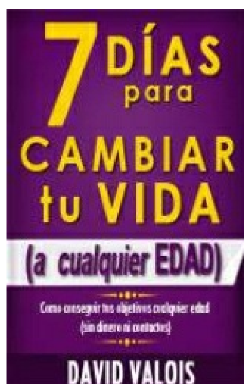
21 Reglas para ser el mejor ESTRATEGA y PLANIFICADOR
http://amzn.to/1g7pOR



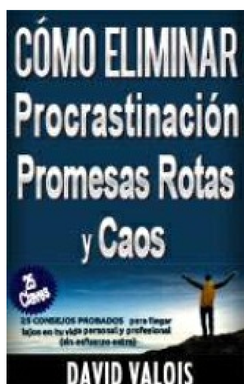
30 Maneras de Aumentar Tu Productividad
http://amzn.to/1cFtlce



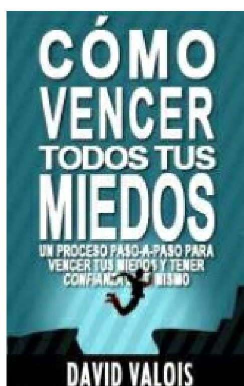
MOTIVACIÓN: Cómo Tenerla Todos Los Días (21 Secretos)
http://amzn.to/17OedoM



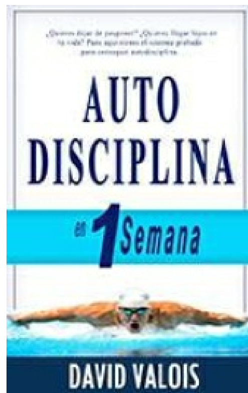
Cómo Cambiar Tu Vida (A Cualquier Edad)
http://amzn.to/1qpyXxF



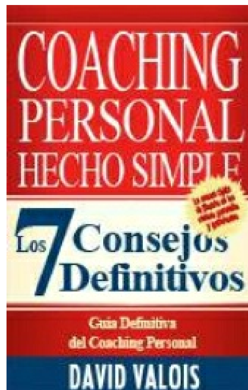
25 Claves De Superación Personal
http://amzn.to/1iBsEBL



Cómo Vencer Todos Tus Miedos
http://amzn.to/1jLw1Xc



AUTODISCIPLINA en 1 Semana
http://amzn.to/1Qr6Rdq



COACHING PERSONAL hecho simple
http://amzn.to/1oOXv3Y

David Valois



Leyó todo sobre superación personal para pasar del fracaso y las deudas a que su propio negocio le jubile. De estar desesperado y endeudado, a la vida que deseaba.

Ha plasmado esa experiencia en varios libros para que cualquiera pueda alcanzar sus objetivos de negocio y personales.

Como le gusta decir: "Me desespera que tanta gente desperdicie su vida por falta de algún consejo."

Pero su expresión preferida es: "¡Puedes conseguir todo lo que quieras si te lo propones! Y con mis consejos llegarás 10 veces más rápido."

Escritor por la mañana y "disfrutador" de la vida por la tarde, es un apasionado de la lectura.

Una Última Cosa...

Cuando pases de página, Amazon te dará la oportunidad de compartir tus pensamientos sobre este libro en Facebook y Twitter.

Si crees que merece la pena compartir este libro, ¿podrías tomarte unos segundos y mostrárselo a tus amigos?

Si puede servir para mejorar su vida te lo agradecerán eternamente. Y yo también.